Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza

# Noticias de Enfermería

I.S.S.N.: 1130-2410 • NÚMERO 122 • ENERO-MARZO 2020

# Conociendo a los profesionales del 061

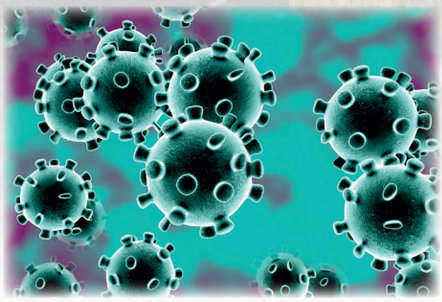



## Asamblea General 2019

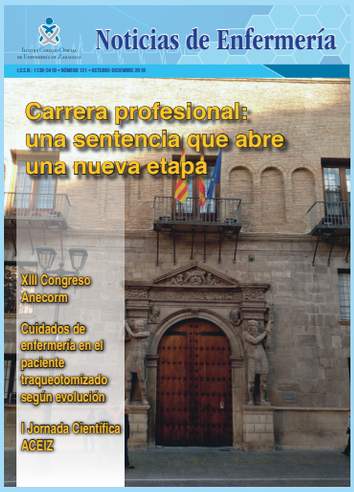
## Nursing Now Aragón

## Nueva guía de Osinteresa.com

## Información especial Coronavirus



rev enfermeria 122 c.indd 1 12/6/20 13:55




# Noticias de Enfermería

**AÑO XXII • NÚMERO 122**
**ENERO-MARZO 2020**

- **Director:** Juan José Porcar Porcar
- **Coordinador de contenidos:** Adrián Matute
- **Consejo de redacción:** Emmanuel Echániz Serrano, Raúl Juárez Vela, M.ª Carmen Gracia Cirugeda, Blanca Giménez Alcántara, A. Carmen Longares Longares, Belén Val Lechuz, Inmaculada Marco Arnau, Beatriz Sánchez Hernando, Ana Rosa Molina Morales, Asunción Andía Navarro, Rosa María Lafuente Maza
- **Edita:** Organización Colegial de Enfermería en Zaragoza. Tomás Bretón, 48 pral. Edificio Torresol. 50005 Zaragoza. Tel. 976 356 492. Fax 976 559 774. prensa@ocez.net • www.ocez.net
- **Diseño y maquetación:** Litocian, S.L. Tels. 976 792 325 litocian@litocian.com
- **Imprime:** Litocian, S.L. Pol. La Casaza, calle Letonia, nave 26 50180 Utebo (ZARAGOZA) Tels. 976 792 325 litocian@litocian.com
- **Depósito Legal:** Z-2.745-97
- **I.S.S.N.:** 1130-2410
- Indexada en Base de Datos **Cuiden**, Granada, España.
- Los artículos publicados expresan el criterio personal de sus autores, sin que **Noticias de Enfermería** comparta necesariamente las tesis o conceptos expuestos. **Ejemplar gratuito**

# sumario

3 **editorial**

4 **información coronavirus**

La Enfermería zaragozana hace un llamamiento a la responsabilidad y solicita a la ciudadanía un uso responsable de los servicios sanitarios 4
¿Cómo lavarse las manos? / ¿Cómo desinfectarse las manos? 6

10 **actualidad**

Las enfermeras del Hospital Provincial de Zaragoza dan a conocer su manual de Enfermería a todas sus compañeras 8
La Asamblea General aprueba de forma mayoritaria los presupuestos colegiales de 2020 10

12 **nursing now aragón**

Presentación de **Nursing Now Aragón** en cadena COPE 12
Reuniones del grupo de trabajo de **NN Aragón** 13

14 **actualidad**

El 061 y su Unidad de Rescate en Montaña llenan el salón de actos del Colegio de Enfermería 14
La sede colegial, un lugar cardioprotegido 17
Los profesionales de Enfemería de Bomberos de Zaragoza trabajarán junto a las fuerzas especiales de la Policia Nacional 17
Carta de presentación de la Asociación Científica de Enfermería Integrativa 18
Las enfermeras de OsInteresa.com presentan su nuevo manual sobre el sueño en los bebés 19
VIII Jornada Aragonesa de Enfermería de Salud Mental 20
Bodas de oro de la promoción de enfermería 1969-1970 21
La Unidad de Enfermedad Inflamatoria Instestinal del Hospital Universitario Miguel Servet logra la certificación de calidad 22
Obituario 23
El Hospital Ernest Llunch de Calatayud renueva sus quirófanos 24
El Banco de Sangre y Tejidos de Aragón registra 400 donaciones de sangre más que en 2018 25
Aragón alcanza cifras récord en donantes de órganos 26
La tasa de nacimientos en Aragón sigue bajand por noveno año consecutivo 27
Taller de vacunas organizado por ANENVANC 28
Taller de Ergonomía en la sede colegial 28

29 **divulgación**

Anticoagulación oral en los procedimientos cardiológicos 29

32 **san juan de dios**

XVII Concurso de Fotografía “Puerta del Carmen” 32
XVI Concurso de Narrativa Corta y Cuentos 33

36 **colaboración**

¡Protect: la inversión al alcance del profesional más conversador 35

38 **ética y deontología**

1ª Jornada sobre agresiones a sanitarios 36

42 **agenda**

Prestaciones Sociales. Para publicar con nosotros 40
Prestaciones Colegiales 41
Directorio de Servicios 42

# 2020, fecha clave para la Enfermería zaragozana, nacional y mundial

En este número de la revista colegial *Noticias de Enfermería* correspondiente al 1º trimestre de 2020 se muestra como el principio de un año, el actual, cargado de grandes hitos que tendrán lugar en los próximos meses o que, espoleados por la actualidad, estamos viviendo de forma activa.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró este 2020 como el **Año Internacional** de la **Enfermera** y la **matrona**. Una declaración que coincide y conecta con el manifiesto *Nursing Now* iniciado el año pasado y que, a día de hoy, ya se ha convertido en una iniciativa global en el que están inmersos todos los estamentos profesionales en los cinco continentes. Con estos dos hitos, la Organización colegial zaragozana y española están desarrollando un amplio marco de actuaciones para visibilizar y llevar a la profesión al lugar que merece, situando a las enfermeras en el eje de los sistemas nacionales de salud y, además, como herramienta para reducir la brecha de género existente en el mundo sanitario. Una Enfermería que lidere y sea polo activo de generación de políticas públicas en pro de los cuidados al paciente y que tenga en sus manos verdadero poder de decisión.

Sin embargo, el arranque de este prometedor año se ha visto ensombrecido por la irrupción en Europa y, especialmente en España, del COVID19, el coronavirus. Esta enfermedad, cuya rápida propagación ha puesto en guardia a nuestro sistema sanitario ha obligado a tomar decisiones difíciles a la Organización colegial. Por recomendación del Ministerio de Sanidad y la Consejería del ramo en la Comunidad Autónoma, los actos de San Juan de Dios se han tenido que suspender temporalmente. No sólo éstos, la docencia programada en la sede colegial también se ha visto afectada siendo pospuesta su impartición durante los próximos meses. Esperemos que este quebranto sea pasajero y que las medidas temporales sean eso, temporales.



Aún así, desde el Colegio se hace un llamamiento a las Administraciones públicas a cuidar y mimar a sus profesionales. No sólo tenemos que cuidarnos para seguir siendo la punta de lanza de la sanidad también se nos tiene que cuidar. Y eso pasa generando las mejores condiciones laborales y de trabajo posible. Con todas las garantías y siempre respaldados por directivos y responsables políticos.

En el plano colegial, el Presupuesto de 2020 salió adelante por una holgada mayoría el pasado mes de febrero en la Asamblea General. Por tanto, la institución cuenta con sus cuentas aprobadas y saneadas para afrontar los retos pendientes de este intenso 2020. Además, tal y como se anunció en dicha reunión, este año también tendrán lugar elecciones para la renovación de los órganos de gobierno del Colegio.

Por tanto, se nos presenta unos vibrantes meses por delante. Seguiremos trabajando para que este año sea magnífico para la Enfermería.

**Juan José Porcar Porcar**
**Presidente**



rev enfermeria 122 c.indd 3 12/6/20 13:55

# La Enfermería zaragozana hace un llamamiento a la responsabilidad y solicita a la ciudadanía un uso responsable de los servicios sanitarios

Ante la crisis sanitaria provocada por el coronavirus, desde el Colegio de Enfermería de Zaragoza queremos hacer un llamamiento a la calma y a la responsabilidad. Pedimos que, ahora más que nunca, se haga un uso adecuado y responsable de los servicios sanitarios. Además, instamos a todos los ciudadanos a seguir a rajatabla las instrucciones dictadas por el Ministerio de Sanidad, la Consejería de Salud y autoridades locales y autonómicas.

Desde la Organización colegial reiteramos nuestro apoyo a las decisiones y recomendaciones que están aplicando las autoridades y reiteramos nuestro compromiso y disponibilidades para ayudar en todo lo que sea necesario.

De igual modo, consideramos imprescindible dedicar partidas económicas de carácter extraordinario para poder afrontar los problemas en la atención sanitaria que puedan sobrevenir debido al incremento de casos sospechosos o positivos de coronavirus. Por ello, y haciendo nuestras las palabras del Colegio de Médicos de Zaragoza es prioritario:

- La protección del personal sanitario como garante de la salud pública y se deben evitar desabastecimiento de material de protección personal, mascarillas, protección facial, batas y otros. Por ello, se hace un llamamiento al uso racional de los equipos de protección personal (mascarillas, guantes, etc.) para evitar provocar carencias en los lugares y situaciones que son precisos. Debemos recordar también que pacientes inmunodeprimidos precisan de estos dispositivos y no podemos permitir que no puedan disponer de ellos.
- Recomendamos a los pacientes, a la población en general y en especial a todos los profesionales sanitarios, que extremen las medidas higiénicas como el lavado de manos, que se debe llevar a cabo de forma asidua ya que es una medida sencilla y de fácil realización, que evita el contagio. Se adjuntan cuatro infografías con instrucciones precisas al respecto.
- Es necesario contar con más medios humanos, así como espacios debidamente habilitados para la correcta atención a las personas enfermas.
- Consideramos esencial, para cumplir con el requisito del diagnóstico precoz, que se mejore y amplíe la capacidad diagnóstica mediante la rt-PCR de todos aquellos hospitales y centros sanitarios que puedan albergar pacientes con COVID-19.
- Es fundamental una mayor coordinación a nivel asistencial y habilitar cauces de comunicación ágiles entre los profesionales y las autoridades sanitarios para mantener el nivel de seguridad de los protocolos. En ese sentido, solicitamos que nuestros profesionales sanitarios dispongan de una información diaria, puntual y coordinada de las medidas y protocolos a abordar en cada momento ante esta crisis que se va modificando día a día.
- Se hace un llamamiento a toda la población para un uso adecuado de los servicios sanitarios para evitar colapsar las urgencias hospitalarias y centros de atención primaria. Es muy importante realizar en primer lugar una auto observación de los síntomas de infección respiratoria que pudieran aparecerle, como pueden ser la fiebre, tos y dificultad respiratoria.
  - ➤ En caso de que los casos sean de **carácter leve: se debe permanecer en casa y guardar confinamiento.**
  - ➤ **Si los síntomas empeoran se debe contactar con el 061**
  - ➤ Para solicitar información y dudas el teléfono el **976 696 382.**

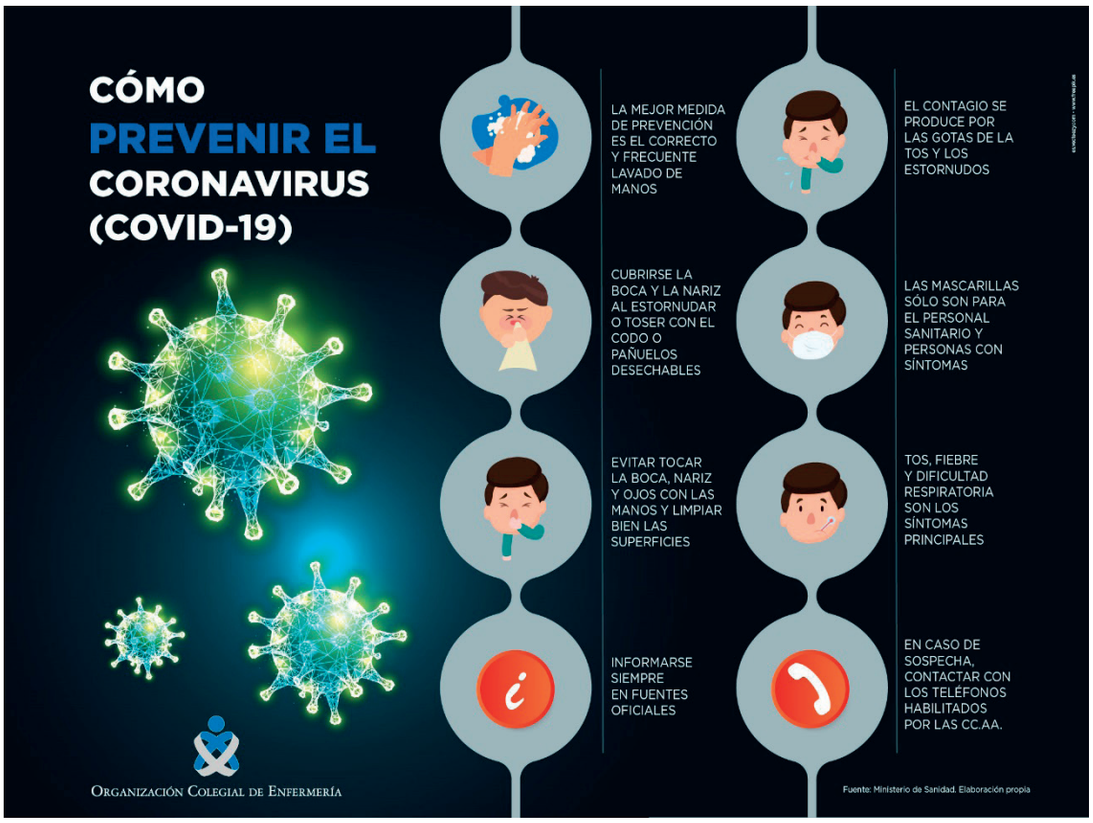
Faltan las palabras de elogio para describir el trabajo encomiable del personal sanitario. Por eso, queremos dejar un mensaje de apoyo incondicional y destacar el enorme esfuerzo y dedicación que están realizando la Enfermería. Su compromiso, responsabilidad y profesionalidad muestran una vez más lo valioso que es nuestro sistema sanitario.

Las enfermeras somos una parte imprescindible de la solución y debemos ayudar, en la medida de nuestras posibilidades, a informar para evitar la desinformación y los bulos, como está, desafortunadamente ocurriendo a través de Fake News. Es por ello por lo que, tenemos que ayudar a mantener la calma en la ciudadanía.

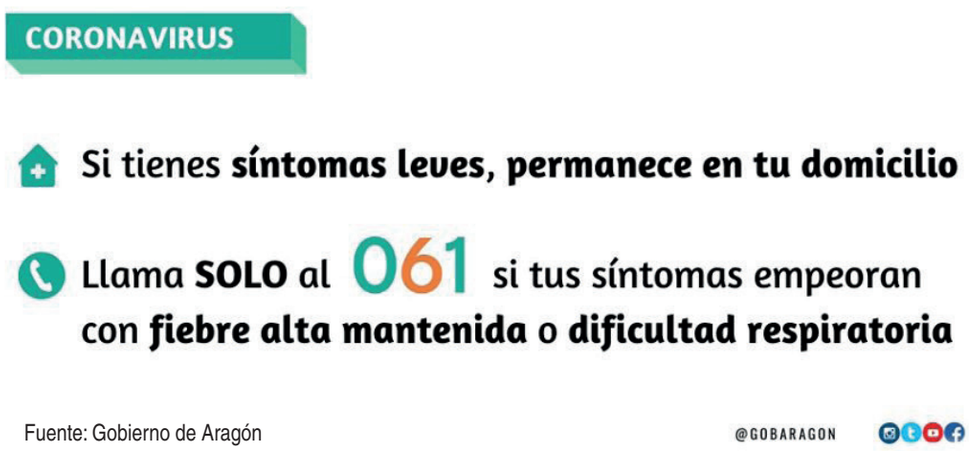


rev enfermeria 122 c.indd 4 12/6/20 13:55

En estos momentos de gran incertidumbre es el momento de aunar esfuerzos. Todos los agentes públicos y privados debemos seguir actuando de forma serena y profesional. Nos encontramos ante un escenario no conocido y toca ser prudentes a la hora de analizar la gestión de esta crisis sanitaria en estos momentos. Conforme la situación remita, profesionales y responsables públicos deberán analizar de forma somera cómo se ha actuado y realizar las evaluaciones pertinentes. Hasta ese momento: máximo apoyo a nuestras enfermeras y el resto de personal sanitario.




Fuente: Consejo General de Enfermería




Fuente: Gobierno de Aragón



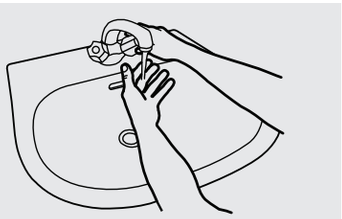
rev enfermeria 122 c.indd 5 12/6/20 13:55

# ¿Cómo lavarse las manos?

**¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica**

**Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos**

0



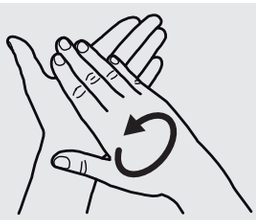
**Mójese las manos con agua;**

1



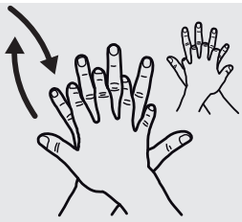
**Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;**

2



**Frótese las palmas de las manos entre sí;**

3



**Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;**

4



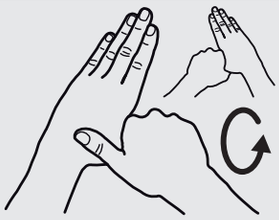
**Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;**

5



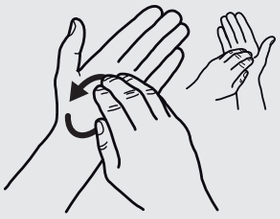
**Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;**

6



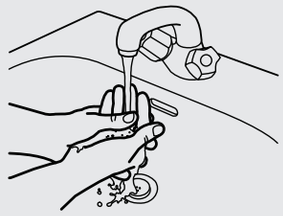
**Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;**

7



**Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;**

8



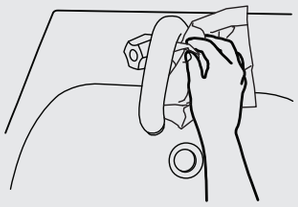
**Enjuáguese las manos con agua;**

9



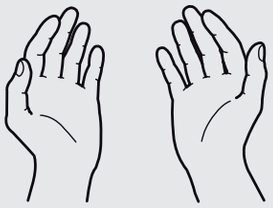
**Séquese con una toalla desechable;**

10



**Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;**

11



**Sus manos son seguras.**

Organización Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCION MÁS SEGURA

**SAVE LIVES**
Clean **Your** Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización.
La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2010

rev enfermeria 122 c.indd 6 12/6/20 13:55

# ¿Cómo desinfectarse las manos?

**¡Desinféctese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias**

## Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

**1a**



**1b**



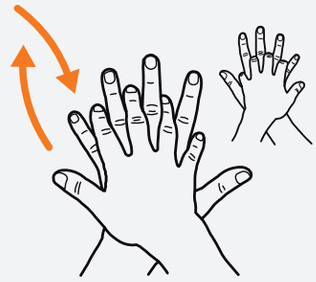
**Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;**

**2**



**Frótese las palmas de las manos entre si;**

**3**



**Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;**

**4**



**Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;**

**5**



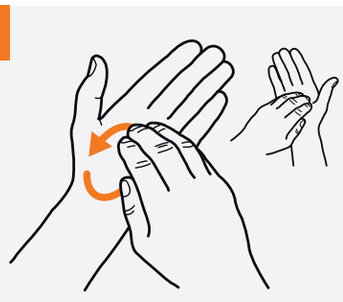
**Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;**

**6**



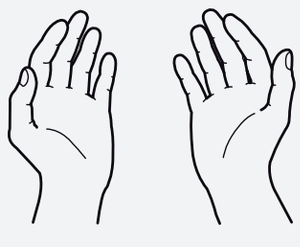
**Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;**

**7**



**Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;**

**8**



**Una vez secas, sus manos son seguras.**

Organización Mundial de la Salud | Seguridad del Paciente — UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCION MÁS SEGURA | **SAVE LIVES** Clean **Your** Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización.

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2010

rev enfermeria 122 c.indd 7 12/6/20 13:55

# Las enfermeras del Hospital Provincial de Zaragoza dan a conocer su manual de Enfermería a todas sus compañeras

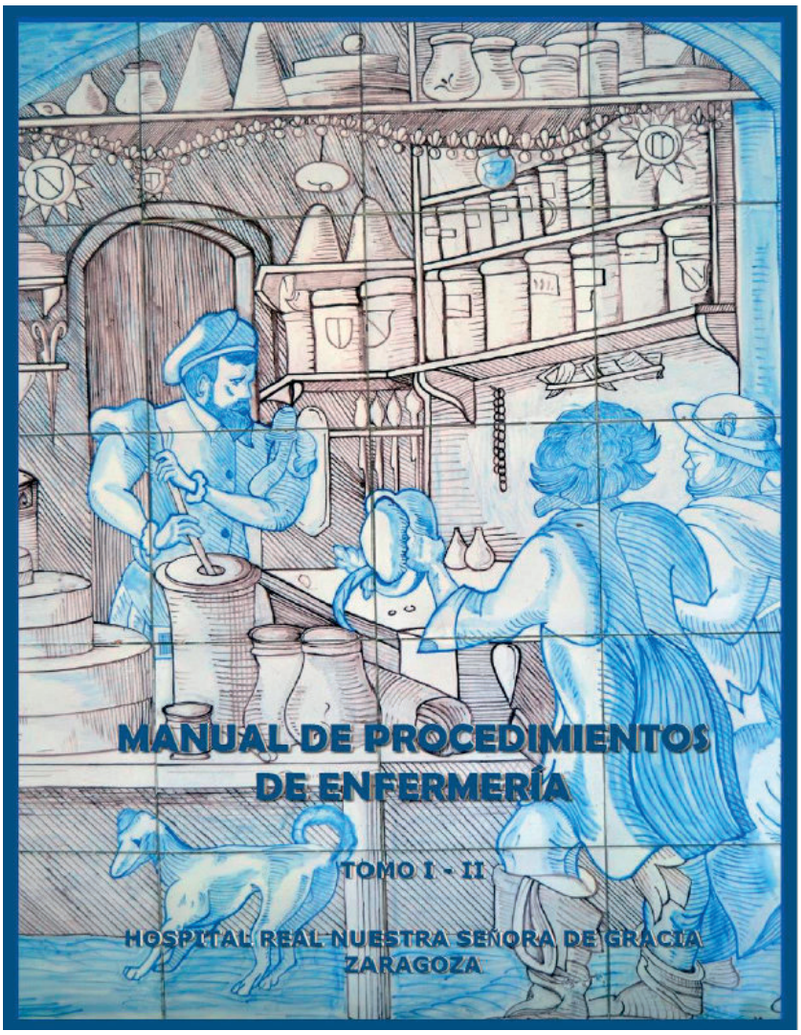
El Manual de procedimientos de Enfermeria del Hospital Nuestra Señora de Gracia es un documento de más de 1150 páginas que han elaborado las profesionales de este centro en dos tomos.

En el Tomo I se habla desde el capítulo de admisión del paciente y el resto de los capítulos están expuestos según las necesidades de Virginia Henderson. La excepción es el capítulo de Ocio y de Creencias Religiosas.

Por su parte, el Tomo II está dedicado a la administración de medicación; recogida de muestras, escalas de valoración y diferentes técnicas de enfermeria.

Los Procedimientos están enumerados con cuatro dígitos, en el que los dos primeros indican el capítulo al que pertenecen y los 2 siguientes, indican el orden dentro del capítulo. Esto, en palabras de las autoras, "nos facilita que podamos incorporar nuevos procedimientos más adelante, por eso decimos que el manual está vivo".

A pesar de lo voluminoso del documento digital, su tamaño está justificado: "los dos tomos están dentro de un mismo documento porque todos los procedimientos están vinculados entre sí, y podemos movernos dentro de él mediante esos vínculos", explica **María Ángeles Pérez Milla**, coordinadora del proyecto.




"Comenzamos esta andadura en el 2015, cuando desde la dirección de Enfermería de nuestro hospital nos indicó la posibilidad de poder plasmar los procedimientos que realizamos las enfermeras. El manual está publicado en intranet del sector I de Zaragoza con el Tomo I en octubre 2017 y el Tomo II en noviembre 2019", indica Pérez Milla.

Ahora, a petición de algunas de las autoras, es deseo ponerlo en disposición del resto de la profesión para su conocimiento y para que el trabajo desarrollado por ellas pueda ser utilizado por otras compañeras.

El Documento está disponible en formato PDF en la página web de la Organización colegial zaragozana, en la sección revistas, en el apartado "Manuales y guías".

Como curiosidad, las imágenes de la portada, contraportada y de cada capítulo, son fotografías de los mosaicos de la cerámica de la localidad zaragozana de Muel del pasillo que rodea al claustro del hospital en la planta baja.



rev enfermeria 122 c.indd 8 12/6/20 13:55

FORMACIÓN CONTINUADA Logoss

# CURSOS, MÁSTERES Y EXPERTOS ON-LINE PARA ENFERMERÍA

20 Años COMPROMETIDOS CON LA FORMACIÓN

## COMPLETA TU BAREMO PARA LA BOLSA DEL SERVICIO ARAGONÉS DE SALUD

Apartado 2.2. Postgrado (máximo 10 puntos)
BOA 15/11/2017.

UNIVERSIDAD NEBRIJA

**Disponemos de Expertos Universitarios on-line desde 310 €**

| | |
|---|---|
| 2.2.1.3.0.0.- Master propio (no oficial) o experto universitario directamente relacionado con la categoría/especialidad: | **0,100 puntos por crédito ECTS** |

## OFERTA AHORRO 94 €

Si te matriculas simultáneamente en las actividades nº 1, 2, 3 y 4 el precio de estos 9 cursos con un total de **62,41 créditos CFC** es de **210 €**

**1**

Actividades acreditadas por la CFC
Nº cursos: 3 Precio **99 €**

- Urgencias y emergencias en reanimación cardiopulmonar, politraumatizado y respiratorias para Enfermería. **6,02 créditos.**
- Urgencias y emergencias cardiovasculares, gastrointestinales, neurológicas y metabólicas para Enfermería. **7,27 créditos.**
- Urgencias y emergencias inmunitarias, hematológicas, ORL, psiquiátricas, ginecológicas e intoxicaciones para Enfermería. **4,84 créditos.**

**2**

Actividades acreditadas por la CFC
Nº cursos: 4 Precio **115 €**

- Generalidades en cuidados paliativos para Enfermería. **7,7 créditos.**
- Cuidados de Enfermería al paciente con cáncer. **7,1 créditos.**
- Urgencias y tratamiento farmacológico en cuidados paliativos para Enfermería. **8,4 créditos.**
- Cuidados paliativos en pacientes crónicos geriátricos y pediátricos para Enfermería. **7,6 créditos.**

**3**

Actividad acreditada por la CFC
Nº cursos: 1 Precio **55 €**

- Cuidados de Enfermería en pediatría. **9,08 créditos.**

**4**

Actividad acreditada por la CFC
Nº cursos: 1 Precio **35 €**

- Enfermería ante las urgencias y emergencias traumatológicas. **4,4 créditos.**

### Incluye regalos

Tablet 7", mochila de urgencias, pulsioxímetro, lanyer y linterna de exploración.




Si te acoges a esta oferta los regalos promocionales de los bloques nº 1 y 3 no son acumulables con el lote de la oferta. Un pack de regalo y cursos por alumno.

## OFERTA AHORRO 116 €

Si te matriculas simultáneamente en las actividades nº 5, 6, 7 y 8 el precio de estos 11 cursos con un total de **55,45 créditos CFC** es de **197 €**

**5**

Actividades acreditadas por la CFC
Nº cursos: 3 Precio **85 €**

- Cuidados estandarizados de Enfermería del paciente con isquemia e hipertensión. **6,8 créditos. 80 horas.**
- Cuidados de pacientes con alteraciones arteriales y venosas para Enfermería. **5,9 créditos. 80 horas.**
- Rehabilitación y farmacología en patología arterial y venosa. **5,5 créditos. 80 horas.**

**6**

Actividades acreditadas por la CFC
Nº cursos: 3 Precio **59 €**

- Urgencias y emergencias de alteraciones respiratorias, neurológicas, endocrinológicas e intoxicaciones en pediatria. **3,46 créditos. 45 horas.**
- Actuación de Enfermería ante las principales urgencias y emergencias pediátricas. **2,97 créditos. 45 horas.**
- Atención enfermera al politraumatizado pediátrico. **3,47 créditos. 45 horas.**

**7**

Actividades acreditadas por la CFC
Nº cursos: 2 Precio **49 €**

- Principios de UCI para Enfermería. **3,58 créditos. 50 horas.**
- Enfermería ante el paciente crítico con alteraciones respiratorias y digestivas. **3,52 créditos. 50 horas.**

**8**

Actividades acreditadas por la CFC
Nº cursos: 3 Precio **120 €**

- Atención enfermera al paciente crítico cardiovascular. **4,42 créditos.**
- Cuidados de Enfermería al paciente crítico con patología neurológica e infecciosa. **9 créditos.**
- Patologías traumatológicas e intoxicaciones en UCI para Enfermería. **6,83 créditos.**

### Incluye regalos

Set de diagnóstico, neceser de Enfermería, torniquete y bolígrafo de Enfermería.




Si te acoges a esta oferta los regalos promocionales del bloque nº 8 no son acumulables con el lote de la oferta. Un pack de regalo y cursos por alumno.

**HAZ YA TU MATRÍCULA EN: www.logoss.net**


info: WhatsApp 622 666 006
953.24.55.00· formacion@logoss.net

# La Asamblea General aprueba de forma mayoritaria los presupuestos colegiales de 2020

La Asamblea se celebró el pasado 18 de febrero en el Hotel Reina Petronila de Zaragoza convocada en primera sesión a las 17.00 horas y en segunda sesión a las 17.30 horas. En total, en el momento en el que se cerraron las puertas había en el interior de la sala un total de 55 colegiadas y colegiados. Además de los Presupuestos, la Asamblea General Ordinaria de Presupuestos votó la lectura y aprobación del Acta de la Asamblea anterior; la liquidación del presupuesto de 2019 y las cuentas anuales de 2020 y aplicación del resultado del ejercicio 2019 con los siguientes resultados:

- Aprobación de Actas de Asamblea Anterior: tras la lectura del acta de la anterior Asamblea por parte del secretario del Colegio de Enfermería de Zaragoza, **Raúl Juárez,** se procedió a la votación de la misma. Dicha votación dio como resultado 51 votos a favor; uno en contra y tres abstenciones.
- El siguiente punto fue el examen y votación, de la Liquidación del Presupuesto de 2019. Presentado el resumen de ejecución del Presupuesto por el vicepresidente del Colegio de Enfermería, **Emmanuel Echániz**, y una vez finalizadas las intervenciones del público, se produjo la votación. En total, 45 colegiadas/os votaron a favor de la liquidación frente a 4 colegiadas/os que emitieron su voto en sentido contrario.
- Tras votarse la Liquidación del Presupuesto de 2019, el vicepresidente del Colegio de Enfermería, Emmanuel Echániz, presentó el presupuesto para el ejercicio 2020. Una vez finalizadas las intervenciones del público, se produjo la votación. En total, 45 colegiadas/os votaron a favor de la liquidación frente a 4 colegiadas/os que emitieron su voto en sentido contrario.
- En el caso del examen, y en su caso aprobación de las cuentas anuales y aplicación del resultado del ejercicio 2019, este documento fue presentado por el auditor externo contratado por la Organización colegial, **José Sanz de Miguel**. El resultado de la votación fue de 44 votos a favor y cuatro votos en contra.

Además, durante el turno de ruegos y preguntas se plantearon por los colegiados asistentes varios temas entre los que destacaron la situación de las enfermeras zaragozanas heridas en Vietnam y qué acciones va a tomar el Colegio para apoyarlas; la idoneidad de reformar el Estatuto colegial para suprimir el derecho a voto de los colegiados no ejercientes; la fecha de las elecciones; información sobre los procesos judiciales en los que está inmersa la Institución o la petición de la supresión de la festividad de San Juan de Dios como fiesta patronal.

La Asamblea finalizó pasadas las 19.30 horas. La Junta de Gobierno agradeció a todas las colegiadas y colegiados asistentes su participación, propuestas y preguntas.

## Las cuentas para 2020

Para este año 2020, el Colegio de Enfermería contará con un presupuesto de **1.676.588 euros**. Esta cantidad es levemente superior a lo presupuestado en 2019 cuando la Organización colegial contó con un presupuesto de **1.641.490 euros.** El principal motivo de aumento de la cantidad de dinero disponible se debe, fundamentalmente, al aumento de las percepciones recibidas en concepto de cuota respecto al anterior ejercicio.

Como novedades de las cuentas de 2020, en la partida de **Formación** que acoge una serie de gastos (becas y subvenciones; inversión en cursos y jornadas) suma este año un presupuesto de 120.000 euros. 31.000 euros más que en 2019 **-89.000 euros-.** El motivo de este significativo aumento es, por una parte, financiar aquellos proyectos que se desarrollen en Zaragoza y provincia durante 2020 a través de la campaña *Nursing Now Aragón*.

Por otra parte, otra nueva novedad del Presupuesto es que el Colegio de Enfermería de Zaragoza ha creado una línea de financiación de proyectos de investigación cuyo Investigador Principal sea una enfermera/o colegiado. En total se han dispuesto 15 líneas de crédito con 2.000 euros asignados a cada proyecto que lo solicite.

Por otra parte, el área propiamente de **Acción Social** (que recoge las ayudas a nacimientos, uniones/bodas y fallecimientos, asociación de jubilados, fiestas y las publicaciones) sube su presupuesto hasta los **143.000 euros**, frente a los 138.000 euros fijado en 2018. Cerrando este capítulo de gastos, el área de **Biblioteca, Especialidades y Premios** (que engloba los fondos del Colegio, el desarrollo de las comisiones científicas, premios y apoyo a las asociaciones científicas de Enfermería de la provincia) engloba una cantidad total de **47.000 euros**, lo que supone un gran incremento respecto a 2019 cuando fueron 28.990



rev enfermeria 122 c.indd 10 12/6/20 13:56




euros, o los 27.000 euros de 2019. El incremento viene marcado, en primer lugar, por la contratación del servicio Enferteca, una biblioteca virtual a la que pueden entrar los colegiados a través de su área privada. Durante su implantación en 2019, se registraron casi 600 consultas a los fondos de dicha biblioteca. En segundo lugar, en la línea marcada en anteriores años, se dota de mayor peso económico a esta partida para satisfacer las demandas de las diferentes asociaciones y sociedades enfermeras de carácter científico de la provincia y la Comunidad y cuyas actividades son respaldadas por la Institución colegial.

En el plano de personal, el dinero previsto para el pago de las nóminas de la plantilla que desempeña su trabajo en la sede colegial, una vez deducidas las retenciones, el gasto asciende a 183.000 euros netos, 13.000 euros menos que en 2019. Por otra parte, las percepciones recibidas por los doce miembros de la Junta de Gobierno en concepto de gastos de disponibilidad y representación ascienden a **143.650 euros netos**, una vez descontadas las consabidas retenciones. Esta cifra es la misma que se presupuestó en 2016, 2017, 2018, 2019.

Los gastos que engloban el material de oficina y de la sede colegial; pago de tasas judiciales y contenciosos; contratación publicitaria en medios de comunicación; comunicación con los colegiados vía postal; el detalle navideño recibido por el colectivo por dichas fechas, así como otros gastos asciende a **133.000 euros**, cifra superior respecto a 2019 cuando la partida se fijó en 12.000 euros.

El capítulo de gastos denominado “Servicios Exteriores” (que aglutina pago de primas de seguro, servicios auxiliares -pago a Asesoría Jurídica y Tributaria- o alquileres) tendrá un presupuesto de **182.264 euros** frente a los 175.000 euros de 2019. Otro gasto anual previsto son las obligaciones reglamentarias referentes al pago que por Ley el Colegio de Zaragoza tiene que hacer al Consejo General de Enfermería, esta cifra está presupuestada en **410.000 euros** (lo que supone la misma cifra respecto al ejercicio anterior).

## El año 2019 en cifras

A la espera de la publicación de toda la información en la Memoria Económica y de Actividades de 2019, en la Asamblea General Ordinaria, como en anteriores años, se informó del trabajo llevado a cabo por la Institución, así como de las ayudas y prestaciones entregadas a los colegiados y colegiadas durante los últimos doce meses. Algunas de las cifras a destacar son:

- En el curso 2018-2019 han sido organizados por el Colegio de Enfermería un total 46 ofertas formativas, entre cursos y jornadas de carácter técnico.
- Se han ofertado un total de 1155 plazas de formación. Con un total de 1133 personas inscritas. En total se han impartido 7120 horas docentes. (Esto supone casi un 50% de actividad en el campo de la formación y la docencia respecto a 2018).
- Durante el año 2019, la letrada Paula Hormigón ha atendido a una cifra de 800 colegiadas y colegiados.
- Un total de 30 procesos judiciales iniciados o en curso. Cinco de ellos sobre agresiones.
- La Asesoría Jurídica ha elaborado un total de 90 documentos (45 recursos administrativos -alzada y reposición-, 41 solicitudes o alegaciones y 4 papeletas de conciliación) y ha celebrado 6 charlas con las novedades de la Carrera Profesional.
- El número de colegiados y colegiadas que han recurrido a los servicios de los asesores de BEPE ha alcanzado los 817 casos en el caso de las Declaraciones de la Renta y 50 expedientes para formalizar las jubilaciones.
- El Colegio ha otorgado ayudas (nacimientos, matrimonios o uniones civiles y defunciones) por valor de 20.152,90 euros.
- Un total de 13.972,82 euros entregados en conceptos de Becas a la Formación, subvenciones al estudio y asistencia a congresos y jornadas.
- Un total de 39.445,24 euros invertidos en concepto de formación docente.
- Un total de 8.717,65 euros entregados en concepto de premios.



rev enfermeria 122 c.indd 11 12/6/20 13:56

# Presentación de Nursing Now Aragón en cadena COPE

El 20 de febrero, dentro de las actividades de presentación y difusión del *Nursing Now* Aragón, **Francisca Palmero**, coordinadora en la Comunidad del proyecto tuvo la oportunidad de hacer llegar a los oyentes de COPE en qué consiste la iniciativa. En palabras de la también directora de Enfermería del hospital San Juan de Dios de Zaragoza, esta campaña nace "de un estudio encargado de estudiar la sostenibilidad y eficacia de los sistemas sanitarios".



Francisca Palmero y Juan José Porcar, en los estudios de la cadena COPE.

Palmero ha destacado el carácter "global" de la campaña y de cómo se está implementando en todos los continentes y cuyos objetivos quedan recogidos en el denominado "estudio de triple impacto" que busca "sostenibilidad, eficacia y eficiencia". Y para ello, es la figura de la Enfermería la que debe liderar el cambio de paradigma en dichos sistemas.

Para lograrlo, los distintos colegios provinciales de Enfermería están llevando a cabo acciones que buscan hacer "visible en el papel de las enfermeras", tal como manifestó Francisca Palmero ante los micrófonos de COPE, además de fomentar la investigación enfermera y buscar que las profesionales asuman roles de liderazgo, no sólo en el ámbito de trabajo, si no en el plano político e institucional.

Para poner en marcha esta labor, en Aragón, en concreto, se ha creado un grupo de trabajo formado por los tres entes colegiales y se ha dispuesto que la organización de *Nursing Now* Aragón esté clasificada en función del ciclo vital de las personas. De Pediatría, educación, hemos hablado con enfermeras especialistas en Pediatría; también hemos hablado con las matronas y se desarrollarán acciones específicas con ellas; geriatría; salud mental y otras áreas menos conocidas donde también están las enfermeras como las enfermeras de Instituciones Penitenciarias, enfermeras militares y muy importante la investigación", explicó la coordinadora antes de finalizar su intervención.



# Reuniones del grupo de trabajo de NN Aragón

Durante los meses de enero y febrero, el grupo de trabajo conformado por los tres colegios provinciales aragoneses se ha reunido para seguir trabajando en la línea manifestada en anteriores encuentros.

En la primera reunión se abordó la organización del trabajo de cara a que cada organización colegial tuviese autonomía organizativa a la hora de dar un impronta más local y arraigada al territorio, dentro de los objetivos generales de la campaña. También se abordó la idea de poner en marcha determinadas herramientas de difusión de la campaña y la creación, por tanto, de perfiles en alguna de las redes sociales donde ya están presentes muchas Comunidades Autónomas con grupos de esta iniciativa internacional.

Por otra parte, durante la jornada del 19 de febrero se celebró un encuentro al que se convocó a representantes de las asociaciones profesionales de enfermeras especialistas de la Comunidad. Asistieron a la reunión, representantes de la Asociación Científica de Matronas de Aragón (ACMA), así como de la Asociación de Enfermería Comunitaria de Aragón (AECA). En la reunión se pusieron sobre las mesa las novedades existentes respecto a instrumentos de difusión y propuestas de comunicación a elaborar en los próximos meses.



Momento de la reunión del 28 de enero.

Para ello, los asistentes se pusieron manos a la obra en la confección de un calendario en el que, con el ciclo vital del ser humano como eje de acción, se pueda desarrollar una propuesta de actividades y mensajes de concienciación sobre el papel de la Enfermería en sus diferentes roles: asistencial; hospitalario; enfermería especialista; matrona; enfermera investigadora, etc.



El fruto de la reunión del 19 de febrero.



rev enfermeria 122 c.indd 13 12/6/20 13:56

# El 061 y su Unidad de Rescate en Montaña llenan el salón de actos del Colegio de Enfermeria

**¿Los profesionales de Enfermería conocen qué es el 061 Aragón? ¿Todos lo tienen claro? Una cosa es cierta, su historia, en este año 2020 se cumplen los 20 años de andadura, con mucho esfuerzo y trabajo de sus profesionales, sigue generando mucho interés entre Enfermería. Y si no, que se lo digan a las más de 70 personas asistentes a la exposición celebrada el pasado 25 de febrero en el salón de actos del Colegio.**



Como explicación general el 061, tal y como reza en la web del Gobierno de Aragón "es una institución de ámbito autonómico, dependiente del SALUD, cuya finalidad es dar respuesta, las 24 horas del día y los 365 días del año, a las demandas de atención sanitaria urgente que se produzcan por parte de la población, movilizando en cada caso el recurso que se estime más adecuado, atendiendo a criterios de gravedad, proximidad y disponibilidad". Sin embargo, qué mejor manera de conocer el funcionamiento interno de esta Institución de mano de dos de sus profesionales, la Directora de Enfermería, **Pilar Alcober Lamana**, y el enfermero de la Unidad de Rescate en Montaña, **Manuel Vázquez**, que acudieron a la Organización Colegial para realizar una exposición, que se alargó durante más de dos horas y que desde muy temprano, encandiló a los asistentes.

Pilar Alcober centró su exposición en qué es el 061 y sus funciones. El 061 Aragón, a través de su Centro Coordinador de Urgencias (CCU), centraliza la información y la coordinación de los recursos sanitarios, tanto públicos como privados, y asegura una comunicación fluida y permanente entre todas las entidades y organismos sanitarios y no sanitarios participantes en la resolución de la urgencia y emergencia sanitarias. Todas las unidades del 061 Aragón actúan de forma coordinada con el resto de los dispositivos de la cadena asistencial del Servicio Aragonés de Salud (tanto de Atención Primaria como de Atención Hospitalaria), así como con otros servicios de emergencia no sanitarios: 112, Policía, Bomberos, Guardia Civil, etc. Para desarrollar su actividad, el 061 Aragón dispone de distintas **unidades estructurales que es necesario conocer y diferenciar.**

- Centro Coordinador de Urgencias (CCU) que en 2019 registró más de 346.000 llamadas.
- Servicio de Urgencias de Atención Primaria (SUAP) con más de 150.000 atenciones en 2019.
- Unidades de Soporte Vital Avanzado (Primario) cuenta con 13 Unidades 24 h.
- Unidades de Soporte Vital Avanzado (Secundario) cuenta con 8 Unidades 24h.
- Ambulancias de Soporte Vital Básico (SVB). 45 unidades.
- Ambulancias Convencionales (AC). 22 unidades.

**Diferenciando como recursos funcionales:** La Unidad de Rescate en Montaña y el Soporte Vital Avanzado Enfermero (SVAE).

- **El Centro Coordinador de Urgencias (CCU), la Enfermera Reguladora** gestiona las demandas de atención sanitaria urgente recibidas a través de los números de teléfono 061/112 movilizando y coordinando los recursos sanitarios disponibles y adecuándolos a las necesidades asistenciales de cada momento.
- **El Servicio de Urgencias de Atención Primaria (SUAP),** se presta asistencia domiciliaria médica y de enfermería, en situaciones de urgencia no vital en la ciudad de Zaragoza, fuera de los horarios de cobertura de los Centros de Salud en la ciudad de Zaragoza. El profesional que interviene es la **Enfermera del Servicio de Urgencias de Atención Primaria que depende del 061.**



rev enfermeria 122 c.indd 14 12/6/20 13:56

- **Unidades de Soporte Vital Avanzado Primario**, prestan asistencia sanitaria en las situaciones de urgencia y emergencia (riesgo vital y/o compromiso de función de órganos o sistemas) con la capacidad de proporcionar un Soporte Vital Avanzado, cuando la situación clínica del paciente así lo requiera. Estabilizan al paciente y, si es necesario, proceden a su traslado en las adecuadas condiciones clínicas de soporte y mantenimiento al hospital de referencia. Desempeña su actividad la **Enfermera de Urgencias y Emergencias.**
- **Unidades de Soporte Vital Avanzado Secundario,** prestan asistencia sanitaria en los traslados interhospitalarios en los que se requieren condiciones especiales de soporte y mantenimiento. El profesional que interviene es también la **Enfermera de Urgencias y Emergencias**
- **Ambulancias de Soporte Vital Básico (SVB),** presta su servicio en situaciones de urgencia que requieren asistencia sanitaria inmediata con posible traslado de las pacientes al hospital de referencia más próximo, en las zonas básicas de salud incluidas dentro de su ámbito de cobertura geográfica.
- **Ambulancias convencionales** son vehículos destinados al traslado individual y no asistido de pacientes. Disponen de equipamiento técnico y material sanitario básico.

Además de estas unidades, el 061 Aragón, a través de su Centro Coordinador regula la movilización de otros recursos sanitarios disponibles para la atención de la urgencia y la emergencia: coordina los traslados sanitarios en helicóptero con la central de coordinación de emergencias del 112 SOS-Aragón.

Y dentro de su intervención, y dado su reciente creación, Pilar Alcober quiso dedicar también unos momentos a nuevo recurso del 061 Aragón: el SVAE.

**El Soporte Vital Avanzado Enfermero (SVAE)** es un nuevo recurso asistencial liderado por enfermería, donde el enfermero, de forma autónoma y con total garantía, realiza técnicas y presta asistencia y cuidados de soporte vital avanzado. **El profesional de Enfermería de estas Unidades debe tener unas competencias específicas, especializadas y altamente desarrolladas orientadas a prestar una asistencia sanitaria de calidad.** "Como se puede comprobar, son muchas y muy diversas las actividades que realizan nuestras enfermeras, y creo sinceramente que todo ello precisa de una formación específica susceptible de una especialidad", describió Alcober.

Además, la jefa de Enfermería del 061 manifestó su deseo de "aprovechar la ocasión para expresar mi reconocimiento a las enfermeras y enfermeros que trabajan en el 061 Aragón, por su gran compromiso, su profesionalidad y sus ganas de afrontar los desafíos de la sociedad actual".

### Enfermería en la Unidad de Rescate en Montaña

La segunda parte de la conferencia corrió a cargo de Manuel Vázquez, Coordinador Enfermería en la Unidad de Rescate en Montaña del 061. Vázquez dedicó buena parte de su exposición, a explicar a los presentes sobre lo complicada, que ha resultado a veces, la presencia de Enfermería en los helicópteros de rescate de la Guardia Civil. A pesar de las dificultades, desde 2006 existe un convenio entre el Gobierno de Aragón y el Ministerio del Interior, y en el último convenio, queda establecida la fórmula de acreditación, para poder optar a ser miembro de la Unidad de Rescate en Montaña.

Durante su explicación, se recordó la figura del desaparecido Profesor **José Ramón Morandeira,** pionero de la sanitarización del rescate de montaña en Aragón e impulsor de la formación especializada de los sanitarios. Vázquez manifestó que en toda la "formación especializada, validación de aptitudes y competencias interviene la Guardia Civil". Con ello, el enfermero quiso destacar que "no hay que ser un Superman". "Hay que tener unos conocimientos, unas inquietudes; te tiene que gustar la montaña y debes completar con una formación, pero quienes se van a encargar de decir si estás preparado o no, van a ser los miembros del CAEM-Guardia Civil de Montaña y el Servicio Aéreo de la Guardia Civil". Y puso de relieve que en estos momentos los profesionales de Enfermería acreditados, con vinculación administrativa al SALUD y que desarrollen su trabajo en 061, Atención Especializada o Atención Primaria, pueden optar a formar parte de la Unidad de Rescate en Montaña.







rev enfermeria 122 c.indd 15 12/6/20 13:56






En la actualidad, la Unidad de Rescate de Montaña del 061 cuenta con siete médicos los 365 días del año. Mientras que la presencia de la Enfermería con siete profesionales está operativa durante 107 días al año (los meses de verano que es cuando mayor siniestralidad hay en las montañas de Aragón). Sobre su escenario de actuación, el enfermero manifestó que la zona de trabajo de la Enfermería es el Pirineo Occidental, Sierra y barrancos de Guara, el Moncayo y montañas de Teruel, teniendo el Hospital San Jorge de Huesca como hospital de referencia y base de operaciones.

Sobre las patologías que estamos atendiendo en la actualidad en las montañas aragonesas, el enfermero manifestó que "lo que más se atiende, es patología traumática, pero que también se da un aumento en patologías por enfermedad común". Es por ello que, a la hora de realizar las intervenciones, el uso de algoritmos, protocolos, desarrollados en la Unidad de Montaña, se convierte en un pilar fundamental de la autonomía que necesita la Enfermería en su labor de asistencia sanitaria. También destacó Vázquez como cada vez más los montañeros y excursionistas cuentan con una mejor formación en primeros auxilios.

Otros datos de interés aportados fueron que la media de servicios esta en una intervención al día, así como la explicación entre las "zona de rescate" -lugar donde se encuentra el accidentado-, frente a la -zona de socorro, -lugar donde se puede establecer un punto atención sanitaria más completa, en las operaciones con helicóptero. Además, Vázquez puso de relieve el "respeto" existente de la Guardia Civil (Pilotos y Rescatadores) con los sanitarios de la Unidad de Rescate en Montaña 061, por "el trabajo que realizamos". Fruto de intensas jornadas de trabajo codo con codo y que, tras las reticencias iniciales, ha demostrado la validez del modelo actual: Se puede formar a un profesional sanitario para actuar en lugares de difícil acceso.

La sesión se terminó con el video de una intervención de rescate con helicóptero y maniobras de grúa, para finalizar con un turno de preguntas, en el que muchos de los asistentes preguntaron diversas cuestiones sobre formación académica y montañera debían tener y acreditar para poder formar parte de esta unidad.





rev enfermeria 122 c.indd 16 12/6/20 13:56

# La sede colegial, un lugar cardioprotegido

Desde inicios de este año 2020, la sede de la Organización Colegial en la capital aragonesa cuenta con un desfibrilador externo semiautomático. Este aparato, situado en la recepción del Colegio ha sido posible gracias al acuerdo alcanzado por el ente con Cuidae. Cuidae es una entidad creada por dos enfermeros zaragozanos que, fruto de la idea surgida durante su Trabajo de Fin de Carrera, decidieron apostar por los espacios cardioprotegidos y la educación a diferentes colectivos en el uso de técnicas RCP y manejo de desfibriladores.




# Los profesionales de Enfermería de Bomberos de Zaragoza trabajarán junto a las fuerzas especiales de la Policía Nacional

**Componentes de la Unidad de Asistencia Médica de los Bomberos de Zaragoza podrán dar apoyo, en caso necesario, al Grupo Operativo Especial de Seguridad (GOES) de la Policía Nacional. Para llevar a cabo esta colaboración, el Ayuntamiento de Zaragoza y la Policía Nacional han firmado un protocolo de actuación conjunta.**

El acuerdo fue presentado el pasado 16 de enero en el Parque 1 de los Bomberos de Zaragoza por el concejal delegado, **Alfonso Mendoza**, y el comisario jefe de la Brigada Provincial de Seguridad Ciudadana, **Antonio José Royo**. Además, estuvieron presentes el inspector jefe del Servicio de Bomberos de Zaragoza, **Eduardo J. Sánchez**; el responsable de su Unidad de Asistencia Médica, **Armando Cester**; el inspector-jefe y jefe del GOES, **Javier Vinacua**; y **José Miguel Sesma**, inspector-jefe y jefe de la Unidad de Prevención y Reacción de la Policía Nacional.




Zaragoza será el tercer lugar de España en el que la Policía Nacional realiza este tipo de colaboración con unidades médicas, junto al SAMUR de Madrid y la Unitat de Intervenció i Suport (UIS) del SEM de Cataluña. Sin embargo, es importante destacar que, con Zaragoza, será el primer caso en el que esta relación con la Policía Nacional se plasme en un convenio específico y rubricado por ambas partes.

De manera voluntaria, un total de 16 médicos y enfermeros de los 22 que conforman la Unidad de Asistencia Médica de los Bomberos de Zaragoza han superado una formación muy específica, el llamado *"Tactical Emergency Casualty Care"* (versión civil del *"Tactical Combat Casualty Care"*), y disponen ya de cascos, gafas y chalecos con protección balística, así como mochilas tácticas especialmente equipadas, de forma que, mediante un vehículo también especialmente adaptado (A-9), puedan desplazarse al lugar de la intervención y dar respuesta sanitaria a los GOES en menos de 50 minutos.

Esta colaboración permite a nuestra ciudad estar en vanguardia de las últimas estrategias de intervención en situaciones graves, tal y como podrían ser atentados terroristas o la liberación de personas secuestradas o tomadas como rehenes.



rev enfermeria 122 c.indd 17 12/6/20 13:56

# Carta de presentación de la Asociación Científica de Enfermería Integrativa

**La Enfermería Integrativa es una rama de la Enfermería que aúna los cuidados enfermeros holísticos con los convencionales procurando que se retroalimenten para ayudar a las personas y pacientes de forma científica y con alto rigor mediante la Enfermería basada en la Evidencia (EBE).**

La Asociación ACEIZ, Asociación Científica de Enfermería Integrativa de Zaragoza, está abierta a todas las colegiadas y colegiados con interés por estas formas de cuidados y pertenecer a ella tiene carácter gratuito. Se van realizando reuniones para caminar hacia donde marquen sus asociadas/os. En la reunión de enero para preparar este año 2020 se informó de las actividades realizadas durante 2019: participación en el IV Congreso Aragonés de familiares y pacientes con cáncer en el Palacio de Congresos de Zaragoza; ponencia en la 1ª Jornada de Nutrición y Salud organizada por el sindicato SATSE, León; conferencia en el 1er Simposio Internacional de Educación y Salud Integrativa de la Universidad Rovira i Virgili, junto al Colegio de Enfermería de Tarragona; conferencia en nuestro Colegio sobre salud cardiovascular a cargo del **Dr. Daniel Escribano**; conferencia sobre Microbiota Intestinal, Probióticos y Prebióticos impartida por la **Dra. Sari Arponen**; I Jornada Científica sobre Microbioma Intestinal y Salud, a cargo de las Enfermeras expertas en la materia Carolina Rebato, Natalia Constanzo y el **Dr. Juan José Sebastián**. También se realizó en la radio una breve entrevista para visibilizar la Enfermería Integrativa y trasladar a la población cuidados de cara al invierno y sus patologías más frecuentes, realizada por nuestra compañera de la junta directiva **Margarita Lezcano**.

Todo el equipo de la Junta de la asociación y colaboradores y colaboradoras estamos trabajando para ofrecer un programa con contenidos de interés profesional enfermero, que vamos trasladando tanto a las asociadas como al resto de colegiadas.

**Tomás, Fernández Fortún. Enfermero.**
**Contacto Asociación ACEIZ: aceiz2019@gmail.com**



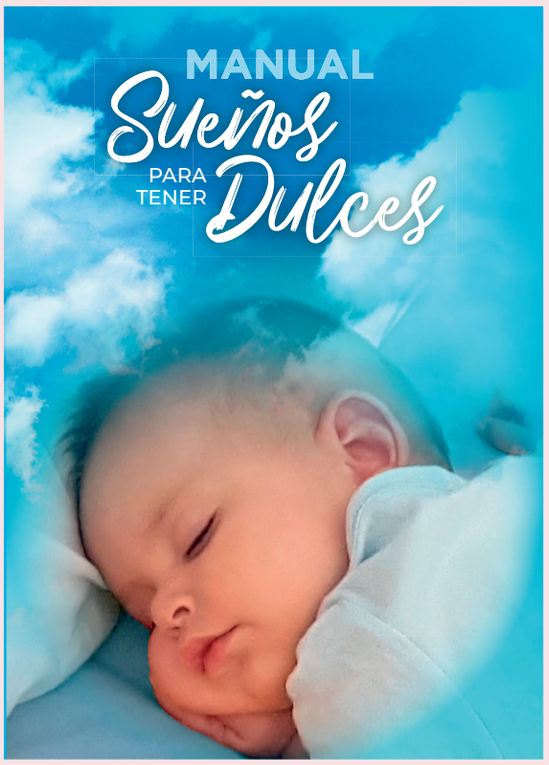
Colegiados que se dieron cita en la reunión de la Asociación Científica de Enfermería Integrativa de Zaragoza.



rev enfermeria 122 c.indd 18 12/6/20 13:56

# Las enfermeras de OsInteresa.com presentan su nuevo manual sobre el sueño en los bebés

**Las enfermeras zaragozanas Teresa Tolosana y África Orensanz, autoras de la página web OsInteresa.com, dedicada a la divulgación sobre hábitos saludables entre los más pequeños, presentan su nuevo trabajo: "Manual para tener sueños dulces".**




En palabras de las autoras: "Hay dos temas que preocupan mucho a los padres, la alimentación y el sueño. En el primer caso, los padres se preocupan por la salud del bebé y en cómo la alimentación influirá para que sea un adulto sano y fuerte. En el segundo, la preocupación no será tanto por el bebé, como por ellos mismos, simplemente porque cuando un bebé no duerme, los padres tampoco pueden dormir".

Ahondando sobre la problemática del sueño, Tolosana y Orensanz manifestaron que pocos profesionales tienen una respuesta ante una madre que no sabe cómo abordar las noches en una casa con niños pequeños. Palabras de la primera: "En todos los años que llevo trabajando, han pasado por mis manos muchas hojas, llenas de consejos sobre la crianza de un bebé, pero no se recogía ningún consejo sobre el sueño".

Esto se refleja, tal y como indican estas dos profesionales de Enfermería que "la bibliografía disponible, es escasa", por lo que la redacción y preparación de este manual ha llevado "bastante tiempo, ya que es un tema complicado de abordar". Todo ello, a pesar de que el sueño de los niños "preocupa mucho, mucho a los padres", declaró Tolosana.

A pesar de ello, y en la línea de sus dos anteriores publicaciones, se ha mantenido un lenguaje ameno y una estética agradable y clara. Todo ello buscando ser en sus explicaciones lo más prácticas posibles.

**¿En qué puede ayudar este manual?**

1º Entender cómo funciona el sueño infantil, sus fases a lo largo de la noche y las diferencias con el sueño del adulto.

2º Conocer cómo evoluciona el sueño a lo largo de la infancia, y sus diferentes etapas, respondiendo a las siguientes preguntas:

- En qué etapa los padres tendrán que adaptarse al niño y sobrevivir. Aportamos algunos trucos para poder pasar esta etapa lo mejor posible.
- ¿En qué etapa de vida se puede empezar a educar el sueño?, por supuesto, se puede educar el sueño infantil. Explicamos algún truco que puede resultar muy útil.

Además, tal y como indicaron las autoras, "al leer este libro los padres pueden entender que afortunadamente, ese comportamiento tan incómodo de sus hijos durante la noche hace que tenga menos probabilidades de tener problemas tan serios como 'La muerte súbita'. Por el contrario, este sueño tan 'peculiar' y agotador está ayudando a que su cerebro, en esta etapa vital, se desarrolle y madure de forma saludable".

A pesar de no considerarse "magas", sí que aseguraron contar con una receta que los niños duerman correctamente. Los ingredientes básicos: rutinas, rutinas y rutinas y la forma de cocinarlos: "50% paciencia y 50% firmeza".

El *Manual para tener sueños dulces* está disponible en la sección de *Revistas* de la web colegial. También se puede acceder a este y otros contenidos de las dos autoras en internet, en el dominio *osinteresa.com*



rev enfermeria 122 c.indd 19 12/6/20 13:56

# VIII Jornada Aragonesa de Enfermería de Salud Mental

**El pasado día 13 de diciembre 2019, se celebró en Zaragoza la VIII Jornada Aragonesa de Enfermería de Salud Mental, en el salón de actos del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa. Con el título: "*Liberándonos de las cadenas*. Actualización, sensibilización y alternativas para la eliminación de prácticas coercitivas".**

La jornada se desarrolló con un aforo completo de 160 inscritos. La presentación incidió en el interés, importancia y urgencia de abordar el tema de los procedimientos de coerción en psiquiatría en nuestro país. Ya en 2008 la Organización de las Naciones Unidas y otras entidades relacionadas con la prevención de la tortura propusieron una revisión en profundidad y la toma de medidas que regulasen estas prácticas y garantizasen los derechos de los usuarios en los servicios psiquiátricos.

La conferencia inaugural corrió a cargo del **Dr. Mikel Munarriz Ferrandis** (presidente de la AEN) y nos ofreció un panorama comparativo de la situación actual en España y en países de nuestro entorno, encontrando situaciones muy diferentes: Reino Unido incluye en la Ley de Salud Mental 2009/10 el "Código de Prácticas en SM" que prohíbe las contenciones mecánicas en Unidades de agudos. Alemania cuenta con una base de datos desde el 2001. Holanda ha reducido significativamente la aplicación de la técnica desde la aplicación de los "Estándares de Calidad Nacionales". En Islandia está categóricamente prohibida según el artículo 14 de la Ley 90/1997. Italia inició una "Campaña para la anulación de la contención mecánica" en 2015. Finlandia ha reducido el 40% las contenciones desde 2009 a través del programa Ministerial "Reducción de la coerción en SM. Como vemos, estos países cuentan con un marco legal y la puesta en marcha de estas medidas muestra que es posible la reducción e incluso la eliminación.

En nuestro país no existe ninguna ley que regule la aplicación de medidas restrictivas de la libertad dentro de los servicios sanitarios o residenciales, por lo que la decisión queda en manos de los profesionales. Actualmente no es posible determinar el número de contenciones que se realizan al no existir una base de datos fiable, ni un registro obligatorio y bajo los mismos parámetros. Algunas Comunidades Autónomas recientemente han avanzado, a través de menciones en distintos reglamentos como es el caso de Navarra, Andalucía, Asturias o Cantabria.

El debate en torno a la coerción ha generado un incremento en el número de estudios en la última década y también profesionales y usuarios han promovido a través de publicaciones, manifiestos, presencia en jornadas, manifestaciones públicas y actividad en redes sociales, un cambio de postura ante estas prácticas. Todos ellos con el propósito de hacer valer los derechos de los pacientes a no ser sometidos a medidas que atenten contra su dignidad o derechos. Ejemplo de ello son la



La Jornada congregó a un gran número de colegiados.



rev enfermeria 122 c.indd 20 12/6/20 13:56

campaña #OContenciones, el manifiesto de Cartagena o “Sumamos por un futuro libre de coerciones” de la plataforma en defensa de la SM en Zaragoza.

Concluyó reafirmando el cuestionamiento del uso de estas medidas. A nivel humano, por lo que supone de conculcación de derechos humanos básicos y de sentimiento de indignidad en la persona. A nivel profesional, por el conflicto ético que le confronta con su rol de cuidador y principio de beneficencia. Y finalmente y más importante, por la falta de evidencia sobre su efectividad terapéutica, como por los riesgos físicos que puede acarrear.

Seguidamente **Patricia Hernández Bernal**, abogada asesora jurídica de la Federación de Salud Mental de Aragón (FEAFES Aragón), detalló la legislación vigente y los procedimientos a los que nos debemos en nuestra práctica profesional.

La segunda parte de la mañana contó con experiencias personales tanto a nivel individual **(Pilar Cebrián Marco)**, como familiar **(Pilar Gabá Bardají)** y la actividad promovida desde la ciudadanía **(Isabel Aina Zarazaga)** Portavoz de la Plataforma Salud Mental de Aragón.

La tarde se dedicó a presentar alternativas técnicas e institucionales a la contención mecánica, unas desde un punto de vista teórico y otras basadas en protocolos puestos en práctica en diferentes lugares de nuestra geografía: **Elvira Pértega Andía** reflexionó sobre diferentes modelos de cambio; **Anna Moreno Orea** presentó una herramienta enfermera que apoya prácticas que limitan la contención: el Safewards, implementado en Hospital Universitari Germans Trias i Pujol. **Carmen Gonzalvo Oller** expuso su experiencia de la transformación de la unidad de Psiquiatría del Hospital Comarcal de Inca en las Islas Baleares, en un servicio de “Puertas Abiertas”. **Borja González Morales** incidió en la aplicación de la desescalada verbal y otras actitudes que contribuyen a la humanización de la atención.

La conferencia de clausura corrió a cargo de **Armando Colomer Simón**, enfermero especialista referente y artífice de la reforma en nuestra comunidad.

Esta jornada fue un importante foro de reflexión y debate en torno a la atención que reciben los pacientes en los servicios psiquiátricos, las necesidades de cambio y las diferentes herramientas que posibilitan mejorar como profesionales.

Se pudo constatar el importante papel que desempeña la enfermera especialista de SM, si bien la decisión última no está en sus manos, existe un importante espacio de intervención preventiva, en la adecuación del entorno, el manejo de la relación terapéutica y la implicación del paciente en su mejoría. En conclusión: estamos avanzando en aspectos formativos, organizativos y clínicos que sin duda redundan en la mejor asistencia pero también hacemos un apremio a **nuestros gobernantes para que se legisle efectivamente hacia un proceso encaminado a terminar con las medidas coercitivas en el ámbito de la atención a la salud mental.**




# Bodas de oro de la promoción de enfermería 1969 - 1970

El próximo **23 de octubre** se celebrarán las Bodas de Oro de la Promoción de Ayudantes Técnicos Sanitarios correspondientes al curso 1969 - 1970. Todas aquellas personas interesadas en participar pueden hacerlo contactando con el Colegio a través del correo electrónico: **gloria@ocez.net** o a través del teléfono **976 356 492**



rev enfermeria 122 c.indd 21 12/6/20 13:56

# La Unidad de Enfermedad Inflamatoria Intestinal del Hospital Universitario Miguel Servet logra la certificación de calidad

La Unidad de Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII) del Hospital Universitario Miguel Servet (HUMS) de Zaragoza ha superado la auditoría externa nacional que le otorga la certificación como Unidad de Atención Integral a pacientes con EII (UAIEII). Este equipo del Servet atiende alrededor de 1.500 pacientes con colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn, dos patologías crónicas muy complejas y con un gran impacto en la calidad de vida.



Equipo de la Unidad de Enfermedad Inflamatoria Intestinal.

El gastroenterólogo **Santiago García**, coordinador de la Unidad, comenta que someterse a este proceso les ha permitido progresar en su organización y trabajo y, por tanto, mejorar la atención a los pacientes, su principal objetivo. El proceso de certificación ha evaluado la unidad desde tres perspectivas distintas: estructura, proceso y resultados. La acreditación otorgada finalmente indica que la Unidad, integrada en el servicio de Digestivo del Miguel Servet, dispone de los medios estructurales precisos para atender a estos pacientes, mantiene los procesos adecuados en el diagnóstico, seguimiento, tratamiento y control, y logra los resultados esperados.

Este Programa de Certificación de las Unidades de Atención Integral a pacientes con EII es desarrollado e impulsado por el Grupo Español de Trabajo en Enfermedad de Crohn y Colitis Ulcerosa (GETECCU), auditado por la empresa Bureau Veritas y con el apoyo de la biofarmacéutica AbbVie. El principal objetivo es establecer y homologar los criterios clínico-terapéuticos en el diagnóstico y tratamiento de estas patologías. Este aval está considerado el mayor reconocimiento para estas unidades a su labor en la atención de la EII en España, situándolas como referente nacional e internacional. La UAIEII del Servet es la primera con esta acreditación en Aragón.

## Sobre esta enfermedad

El especialista Santiago García explica que la enfermedad es consecuencia de “un proceso de inflamación intestinal de causa no conocida, que debuta principalmente en gente joven (entre los 20 y 30 años)”. Los dos tipos fundamentales de EII son la colitis ulcerosa y enfermedad de Crohn, siendo esta última “el paradigma de la enfermedad compleja”, en palabras del experto.

Estas enfermedades crónicas tienen como síntomas más comunes la diarrea, sangrado digestivo, fatiga, adelgazamiento y dolor abdominal, pero la frecuencia e intensidad de cada síntoma, así como su potencial asociación a otros muchos, implica una enorme variabilidad individual. Pueden aparecer también manifestaciones extraintestinales (dermatológicas, reumatológicas…) por el curso de la propia enfermedad o, en menor frecuencia, por efecto de los tratamientos.

Dada esta complejidad y variabilidad, el doctor enfatiza la importancia de disponer de un comité interdisciplinar de expertos, como existe en el Servet, formados en diferentes disciplinas médicas (Radiología, Cirugía, Anatomía Patológica, Dermatología, Reumatología, Farmacia hospitalaria, Pediatría…). Además, la cronicidad de la patología y su gran variabilidad sintomática hace que los cuidados de Enfermería sean fundamentales en la atención al enfermo, así como los proporcionados por el médico de familia.

La incidencia (casos nuevos por año) de la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa se ha multiplicado por 5-10 en España en los últimos 25-30 años y actualmente se detectan en torno a 7.000 nuevos casos al año. Se estima que en España unas 160.000 personas padecen una EII, en torno a 6.000 probablemente en Aragón. A pesar del continuo estudio de la enfermedad se sigue sin conocer la causa, por lo que no hay cura, pero las investigaciones llevadas a cabo han desarrollado nuevos tratamientos. “En los últimos años se han desarrollado fármacos que han permitido mejorar la vida de muchos pacientes”, concluye el doctor.

Hoy, especialistas en Digestivo de todo Aragón se reúnen en el Servet para conocer cómo se ha desarrollado el proceso de certificación y la importancia de implementar este tipo de controles.



rev enfermeria 122 c.indd 22 12/6/20 13:56

# OBITUARIO

## A la memoria de José Rodrigo San Vicente, secretario de la Asociación de Jubilados de la Organización Colegial de Enfermería en Aragón.

El pasado 10 de diciembre de 2019, fallecía en Zaragoza, a la edad de 86 años. Recordamos a José como un Practicante honrado, responsable y gran profesional, en cada uno de los múltiples destinos (Longares, Abanto, Cubel, Cuenca, Benabarre, Saviñán, Casetas, Juslibol y Consultorio del INSALUD San Marcial, en Zaragoza) En sus años jóvenes, compaginó su trabajo con la práctica del deporte (fútbol).

De su estancia en la localidad zaragozana de Saviñán cabe destacar "la epidemia de cólera" que se produjo el año 1971 y en la cual, José intervino eficientemente, en labores de "prevención". Se convirtió en un estudioso de la materia y escribió su obra, titulada: "Con peste y cólera morbo en Aragón desde el siglo IX al XX", siendo premiado en el **I Certamen Literario-Científico de Aragón**. De todo este ensayo le quedó, para siempre, un marcado interés por la Historia Medieval. El Arte y la Vida de aquella época de la humanidad, fueron, junto con los **temas médicos**, sus aficiones favoritas.

En la siguiente década, fue destinado al Ambulatorio de San Marcial, en Zaragoza. En el año 1997, ya jubilado, le fue concedida **"La Medalla de Oro al Mérito Profesional"** por el Consejo Autonómico de Colegios de Diplomados en Enfermería de Aragón, compartiendo este honor con todos sus compañeros rurales.

Hay que destacar que durante toda su vida profesional estuvo siempre acompañado por su esposa **Pilar**; por la cual se jubiló prematuramente. Nunca tuvo vacaciones, ni festivos (era normal en las zonas rurales); así que, decidieron juntos, disfrutar de tiempo libre.

Tras jubilarse, se dedicó a viajar y a la lectura de Historia; aunque echó de menos "el calor humano de los pacientes, en las zonas rurales". Decía que los Practicantes Rurales son "una especie", en trance de extinción. Muchas veces, era preciso resolver, por uno mismo, situaciones comprometidas. Temía que los enfermeros perdieran su **faceta asistencial**, por ser la más valorada socialmente.

Nuestro amigo José es un protagonista de la transición desde el comienzo, como practicante, después ATS, hasta la actual Enfermería.

Desde el año 2010, controló la trayectoria de nuestra asociación con gran eficiencia.



Foto de archivo de José Rodrigo San Vicente.

Que el amor y la entrega a tu profesión, José, sirvan de ejemplo a las futuras generaciones de profesionales sanitarios.

**SIEMPRE ESTARÁS EN NUESTRA MEMORIA**

***La Asociación de Jubilados de la Organización Colegial de Enfermería en Aragón***



rev enfermeria 122 c.indd 23 12/6/20 13:56

# El Hospital Ernest Lluch de Calatayud renueva sus quirófanos

El hospital bilbilitano estrenó el pasado 14 de febrero nuevo bloque quirúrgico. Una obra que ha tenido un coste de 700.000 euros y permitirá al centro hospitalario realizar 3.000 intervenciones anuales. La inauguración de dicha área fue realizada por el presidente de Aragón, **Javier Lambán**, y la consejera de Sanidad, **Pilar Ventura**.

Las obras han estado acompañadas también de la creación de un grupo de trabajo para abordar la humanización del área quirúrgica, en aras a mejorar la experiencia del paciente y del personal del centro. Gracias a este trabajo común se han implementado medidas como la mejora del área de acogida del paciente, del área de información a familiares y de la rotulación de los espacios.

Los trabajos en los quirófanos supusieron la paralización parcial de la actividad quirúrgica en el centro desde el pasado mes de julio, si bien se ha mantenido activo un quirófano en el área de obstetricia y un paritorio. Así, durante el periodo de las obras de seis meses se han operado a 821 pacientes, alrededor de 6 diarios, y se han intervenido todas las urgencias que normalmente se habrían realizado en el centro. Además, se han derivado a concierto quirúrgico 155 procesos y 207 cataratas al Hospital Provincial Nuestra Señora de Gracia.

En conjunto el centro sanitario ha cerrado el año 2019 con 2.325 intervenciones en total y 1.024 consultas más que el año anterior. Cabe destacar que el Hospital Ernest Lluch es uno de los hospitales con mejores datos de lista de espera en Aragón. A partir de abril de 2016 la demora quirúrgica en este centro es inexistente, o prácticamente inexistente. De hecho, a pesar de los trabajos realizados en el bloque quirúrgico, al cierre de diciembre la lista de espera estructural de más de 180 días es nula.

Las obras, adjudicadas por más de 570.000 euros, comenzaron el pasado mes de julio. De este modo, se ha procedido a la mejora de la instalación de la climatización, sustituyendo los filtros del sistema, lo que mejora las condiciones de seguridad de los quirófanos frente a posibles contaminaciones ambientales. Los trabajos también han conllevado la sustitución del climatizador, la independización de las redes de frío y calor, la instalación de un nuevo cuadro eléctrico y la sustitución de algunas de las carpinterías exteriores de la fachada del bloque quirúrgico, por otras más eficientes energéticamente.

Además, en paralelo se han invertido 91.000 euros más para el acondicionamiento de la Unidad de Recuperación Postanestésica, la actualización del circuito de gases medicinales y la renovación de la iluminación de distintos espacios.

Estos trabajos se corresponden con el compromiso del Departamento de Sanidad en el mantenimiento e inversión en infraestructuras en todo el territorio aragonés, que se ha podido materializar gracias al incremento presupuestario sostenido en el área sanitaria desde la pasada legislatura. En este ejercicio el presupuesto de Sanidad crece un 3,6% y alcanza los 2.072 millones.



El presidente de Aragón, Javier Lambán, y la consejera de Sanidad, Pilar Ventura, durante la inauguración del nuevo bloque quirúrgico del hospital Ernest Lluch de Calatayud.



rev enfermeria 122 c.indd 24 12/6/20 13:56

# El Banco de Sangre y Tejidos de Aragón registra 400 donaciones de sangre más que en 2018

La estabilidad ha marcado el número de donaciones de sangre en 2019, ejercicio en el cual el Banco de Sangre y Tejidos de Aragón ha superado el volumen de unidades registrado en el anterior ejercicio, tanto en el total como en las aféresis. En concreto, en 2019 se registraron 42.566 donaciones de sangre, 403 más que en 2018 (un 0,96% más). Esta cifra, que sostiene los datos de los últimos ejercicios (en 2017 se incrementó en un 0,098% con respecto a 2016, mientras que en 2018 se redujo un 1,4%), ha permitido satisfacer las necesidades de los hospitales aragoneses durante todo el año.



Entre los datos extraídos, destaca el correspondiente a las donaciones por aféresis, que ha superado en 2019 el objetivo de las mil que se marcó la Entidad pública al inicio del ejercicio. Cerca de 350 donantes se han sumado ya en la Comunidad Autónoma a este tipo de donación, que permite un mayor rendimiento al extraer solo aquellos componentes sanguíneos necesarios (plaquetas, plasma, hematíes), lo que posibilita a su vez que el donante pueda donar con mayor frecuencia y por lo tanto, se contribuye a su fidelización. El resultado de su compromiso han sido las 1.086 donaciones registradas, frente a las 961 de 2018, lo que supone un incremento de 125 unidades (un 13,01% más).

"Queremos agradecer la labor de los donantes de sangre que día a día muestran su compromiso con la salud de los aragoneses. Gracias a su labor podemos satisfacer las necesidades de los hospitales de nuestra Comunidad. Todos ellos están contribuyendo a que cientos de pacientes se beneficien de un tratamiento transfusional de calidad y eso merecen todo nuestro reconocimiento", indica la directora gerente del Banco de Sangre y Tejidos de Aragón, **Carmen Garcés.**

Por provincias, Zaragoza es la que registró un mayor número de donaciones (32.131), seguida por Teruel (6.208) y Huesca (4.227), provincia que continúa con el repunte iniciado el año pasado.

## Donación de tejidos

Por otra parte, la donación de tejidos en 2019 ha experimentado un incremento de un 50,7% con respecto a 2018, registrándose 39 donaciones más de tejido corneal (70 en total) y 12 más (28 en total) de tejido osteotendinoso. El mayor número de donaciones corresponde al Hospital Miguel Servet (41 donaciones), seguido por el Clínico Lozano Blesa (21), el San Jorge (5) y el Royo Villanova (3).

Esta evolución positiva se debe en parte a una campaña de promoción iniciada en 2017 por el Banco de Sangre y Tejidos de Aragón con la colaboración de la Coordinación Autonómica de Trasplantes y los servicios de Oftalmología y Traumatología de los hospitales Miguel Servet y Clínico Universitario Lozano Blesa. Por medio de esta iniciativa, se han mantenido diversas reuniones con profesionales de las coordinaciones de trasplantes de los hospitales y personal implicado en la donación de tejidos. Asimismo, se han colocado carteles informativos en los mencionados centros hospitalarios.

A la iniciativa se han sumado en 2019 el Hospital Royo Villanova y el Hospital San Jorge de Huesca y se espera que en los próximos meses se pueda ampliar al Obispo Polanco de Teruel. "El objetivo es conseguir donantes exclusivos de tejidos y alcanzar la autosuficiencia en la comunidad", explica la directora gerente del Banco de Sangre y Tejidos de Aragón.

En cuanto al perfil del donante de tejidos, el 46% son mujeres y el 54% hombres, siendo la edad media de 64 (casi tres más que el año pasado). En cuanto a los implantes realizados, en 2019 se implantaron un total de 514 tejidos, siendo receptores de los mismos 448 personas.

## Banco de leche

El Banco de leche materna ofrece en 2019 cifras positivas con respecto a 2018. En este sentido, el número de ofrecimientos aumenta de 170 a 187 y el de madres donantes de 136 a 155. En cuanto al número de donaciones, en 2019 se realizaron 690, con un total de 785 litros de leche donada (305 más que el año pasado). Por su parte, el consumo ha experimentado un aumento de un 46,8%.



rev enfermeria 122 c.indd 25 12/6/20 13:56

# Aragón alcanza cifras récord en donantes de órganos

**Es la Comunidad española donde más han crecido porcentualmente las donaciones, con un incremento del 47,6%, y la segunda en lo que respecta a términos absolutos. El 95% de las familias dio una respuesta afirmativa, cifra muy superior a la media nacional que actualmente se encuentra en el 86%.**

Aragón realizó 125 trasplantes durante el 2019, un 26% más que en el ejercicio anterior. Este importante número de trasplantes ha sido posible gracias a la donación de 72 personas, 62 de ellas tras su fallecimiento, y 10 donantes de riñón en vida. Esto supone haber alcanzado una tasa de 47,3 donantes por millón de población, una cifra cercana a la marcada por el Plan Estratégico Nacional '50x22' cuyo objetivo era alcanzar los 50 donantes por millón de población en el año 2022.

Las 62 donaciones de órganos de donante cadáver (42 en el 2018, lo que supone un incremento del 47%) se distribuyeron de la manera siguiente: Hospital Universitario Miguel Servet, 32 donaciones; Hospital Clínico Lozano Blesa, 23; Hospital Royo Villanova, 3; y en el Hospital San Jorge de Huesca, 4. A estos 62 donantes hay que sumar 10 donaciones renales de donante vivo, llevadas a cabo en el Hospital Universitario Miguel Servet.

Respecto al perfil del donante en este año, la edad media de los donantes se ha situado en los 61 años, frente a los 64 del año 2018. Además, el 26% de los donantes tenía más de 70 años. La causa más frecuente de muerte de los donantes en Aragón sigue siendo la enfermedad vascular cerebral hemorrágica, con un 50%. Las 6 donaciones en asistolia han supuesto el 10% del total de los donantes. La implicación de los Servicios de Urgencias y Neurología de los hospitales de Aragón sigue siendo fundamental para la detección de donantes tanto en situación de muerte cerebral como de muerte por parada cardiorrespiratoria.

El 95% de las familias concedió la donación de órganos, cifra muy superior a la media nacional que actualmente se encuentra en el 86%. Si hablamos de donación en asistolia la cifra es del 100%.

Las donaciones del pasado año han generado más de 1.597 años de vida a los pacientes trasplantados, 1.215 años de vida ganados por pacientes de Aragón y 383 años de sobrevida a los receptores de esos órganos en otras comunidades, lo que pone de manifiesto el alto grado de colaboración e intercambio de órganos habidos durante el año.

A lo largo del año 2019, en los hospitales aragoneses se realizaron un total de 125 trasplantes y se cedieron otros 55 que fueron trasplantados en otras comunidades. A su vez nuestra comunidad recibió 31 órganos procedentes de otras comunidades. Esto pone de manifiesto, un año más, que la colaboración entre las diferentes comunidades y el intercambio de órganos es fundamental para realizar un mayor número de trasplantes.

## Trasplante renal

El pasado año, se llevaron a cabo en el Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza un total de 88 trasplantes renales de ellos 78 con donante cadáver.

Aragón sigue participando en la realización de cadenas de trasplantes renales con donante vivo "cruzado", y con el Plan Nacional para Trasplante Renal de Pacientes Hiperinmunizados (Programa PATHI), de ámbito nacional que gestiona la Organización Nacional de Trasplantes.

## Trasplante hepático

En el año 2019 el Hospital Clínico realizó 29 trasplantes hepáticos, un 93% más con respecto al año pasado, alcanzándose la cifra de 653 trasplantes hepáticos desde el inicio del programa.

## Trasplante cardíaco

En el 2019 se realizaron 8 trasplantes de corazón. A día de hoy desde el comienzo del Programa en el año 2000, se han realizado 176 trasplantes de corazón en el Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza.



rev enfermeria 122 c.indd 26 12/6/20 13:56

## Plan Nacional de Donación de Médula Ósea

El pasado año se registraron 425 donantes de médula ósea, habiéndose alcanzado la cifra de 7.132 donantes desde el comienzo del Plan Nacional de donación de Médula Ósea en el año 2013.

## Tejidos

Asimismo, en 2019 se realizaron 349 trasplantes de tejido osteotendinoso y 156 trasplantes de tejido ocular, córneas, esclera, membrana amniótica frente a los 146 de 2018. Hay que destacar que en el pasado año se han realizado 34 trasplantes de córnea lamelar, 19 en el Hospital Clínico Universitario y 15 en el Hospital Universitario Miguel Servet.

## Objetivos para el año 2020

Para el presente año el Departamento de Sanidad se marca como objetivo continuar y potenciar el Programa de Donación de Órganos tras la muerte por parada cardiaca, iniciado en el 2016 en el Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa y que este verano comenzó en el Hospital Miguel Servet.

Junto a esta vía de mejora de la donación, se continuará ofreciendo la posibilidad de donación renal de vivo de manera sistemática a todos los pacientes que puedan beneficiarse de esta modalidad terapéutica, así como el trasplante renal anticipado a la diálisis con órganos procedentes de donante fallecido.

También se profundizará en la colaboración de los Servicios de Urgencias, Emergencias y Neurología como detectores de posibles donantes de órganos en muerte encefálica. Asimismo, se está trabajando conjuntamente con el resto de Comunidades y la Organización Nacional de Trasplantes para establecer procedimientos de colaboración con hospitales y clínicas de titularidad privada en el marco de la donación de órganos.

Del mismo modo, Aragón mantiene su compromiso de colaboración con países de Latinoamérica ofreciendo formación a sus profesionales en materia de coordinación de trasplantes a través del Programa Internacional Alianza.

# La tasa de nacimientos en Aragón sigue bajando por noveno año consecutivo

Durante el pasado año, Aragón registró 9.295 partos, 246 menos que en 2018, manteniéndose así la tendencia descendente de los últimos años, que supera el 25% de caída desde al año 2010, cuando se contabilizaron 12.661 partos en los hospitales de la comunidad.

Teruel es la única de las tres provincias donde los partos suben, hasta alcanzar los 944 (en 2018 fueron 885). En Zaragoza, la cifra baja a 7.078 y, en Huesca, a 1.273, lo que suponen 240 y 65 partos menos que hace un año, respectivamente.

La mayor parte de los alumbramientos se han registrado en hospitales públicos, con un total de 7.903, mientras que en los privados se han contabilizado 1.392.

En cuanto a la tasa de cesáreas, la media en Aragón es del 21,23%, si bien hay disparidad entre la tasa que registran los hospitales públicos (18,17%) y la de las clínicas privadas (38,58%). Cabe destacar la reducción en el número de cesáreas del Hospital Miguel Servet, que ha logrado reducir el número de estas intervenciones hasta el 13,4%.



rev enfermeria 122 c.indd 27 12/6/20 13:56

# Taller de vacunas organizado por ANENVANC



El pasado 19 de diciembre, el Colegio de Enfermería de Zaragoza celebró 1ª Jornada de Actualización de Vacunas. En esta ocasión, el taller corrió a cargo de la Asociación Nacional de Enfermería y Vacunas (ANENVANC), y más concretamente de **Inmaculada Cuesta Esteve**, su secretaria nacional y **Héctor Chueca San Gil**, delegado Especialista en Vacunas GSK Aragón.

Durante la sesión se repasaron los conceptos básicos tales como qué es una vacuna y para qué sirven; tipología; método de conservación y almacenaje; procesos de seguridad relación con la puesta convirtiendo la charla en una pormenorizada explicación que sirvió a las asistentes a refrescar sus conocimientos y tomar notas de las novedades y nuevas recomendaciones que se realizan desde ANENVANC.

# Taller de Ergonomía en la sede colegial



El pasado 23 de enero se realizó el Workshop de Ergonomía y Enfermería del Trabajo en las instalaciones del Colegio de Enfermería de Zaragoza. Este taller iba dirigido hacia el colectivo de Especialistas en Enfermería del Trabajo, así como para todos aquellos profesionales que realizan su trabajo en Servicios de Prevención; y aquellos enfermeros generalistas interesados en el tema.

En él se abordaron aspectos generales de la Ergonomía, con los nuevos métodos y enfoques que se están llevando a cabo, y con las nuevas aplicaciones. También se repasó el marco normativo de la misma; y aspectos de la formación y acreditación para ejercer esas funciones. Por último, de forma más específica se plantearon las posibilidades de actuaciones ergonómicas por parte de Enfermería, así como las más recientes soluciones tecnológicas.

Dado el alto grado de aceptación del taller, se propuso realizar futuras actualizaciones del mismo.

# AVISO

Debido al gran número de cierres de oficinas bancarias
que se ha producido en los últimos tiempos,
los números de las cuentas corrientes de los clientes de éstas han sido modificadas.

Para evitar devoluciones y, por consiguiente, problemas de cobertura en el Seguro de Responsabilidad Civil, rogamos que actualicéis los datos bancarios a través de vuestra área privada (a la que podéis acceder vía web: **www.ocez.net**); o enviando los cambios al correo electrónico: **gloria@ocez.net**

# Anticoagulación oral en los procedimientos cardiológicos

**Autoras: Santamaría Luna, Eva M.; Ortiz del Solar, Ester; De Casas Herrando, Natalia; Macías Marín, Laura; Terrén Portolés, Ángel; Ariño Trasobares, Virginia; Laporta Abad, Laura; Furriel Aranda, Begoña.**

## INTRODUCCIÓN

Los anticoagulantes son fármacos utilizados en el tratamiento de patologías relacionadas con la formación de coágulos. Hasta hace poco tiempo los anticoagulantes orales se centraban en el acenocumarol (sintrom®) y warfarina (aldocumar®), dando paso de forma progresiva a una nueva generación de anticoagulantes orales como el dabigatrán (pradaxa®), inhibidor directo de la trombina; y rivaroxaban (xarelto®), apixaban (eliquis®) y edoxabán (lixiana®) como inhibidores directos del Fxª.

Los anticoagulantes pueden clasificarse atendiendo a la forma de administración: anticoagulantes parenterales (heparinas) y orales (antivitamina K o AVK y anticoagulantes de acción directa o ACODs).

Los anticoagulantes se pueden clasificar también según el tipo de acción como se ve en la Figura 1. (Trejo C, 2004).

- Anticoagulantes de acción directa: capaces de producir la inhibición de algún punto de la cascada de coagulación; en el inicio, propagación o final de la cascada. Por ejemplo: dabigatrán.
- Anticoagulantes de acción indirecta: interaccionan con otras proteínas o vías metabólicas que dará lugar a un cambio en la cascada de coagulación. Por ejemplo: acenocumarol.

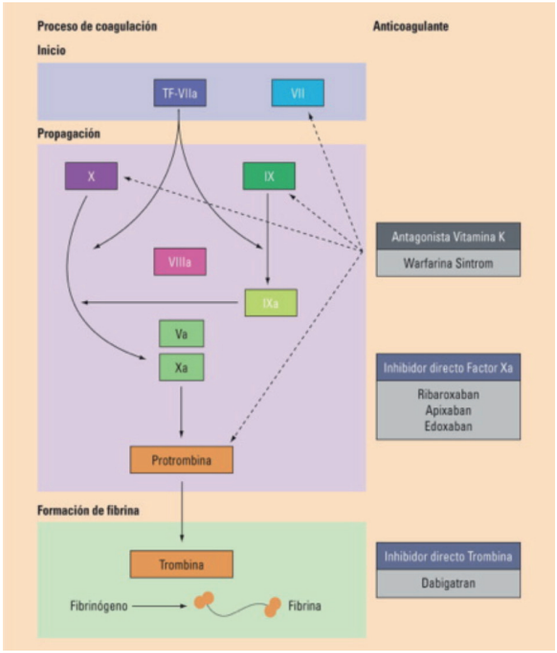



Figura 1. Cascada de coagulación

Debido a la variabilidad de la respuesta a la dosis con los AVK resulta esencial vigilar el grado de anticoagulación. El índice internacional normalizado (INR) proporciona una medida estandarizada del efecto anticoagulante de los AVK.[1]

En los últimos años se han investigado otros tipos de anticoagulantes orales que tuviesen una diana terapéutica diferente a los dos fármacos antivitamina k (AVK) ya que estos presentan reacciones adversas graves como hemorragias y la necesidad de un control exhaustivo y riguroso del grado de coagulación. Estos nuevos tipos de anticoagulantes orales de acción directa, denominados ACODs son: dabigatrán, rivaroxabán, edoxabán y apixabán.

Los nuevos inhibidores directos de la trombina y del factor Xª pueden administrarse a dosis fijas y no precisan sistemáticamente monitorización ni ajuste de dosis para asegurar su eficacia y su seguridad.

En el futuro las preferencias del paciente y las características farmacológicas serán relevantes para optimizar el tratamiento. Estos nuevos fármacos representan un nuevo paradigma para la anticoagulación con ventajas a largo plazo para el paciente.

Un inconveniente que afecta a este tipo de anticoagulantes orales es el coste económico en comparación con otros anticoagulantes utilizados habitualmente como el acenocumarol ya que los ACODs son mucho más caros. Sin embargo, éstos pueden ser una opción rentable en muchos casos ya que reducen la duración de hospitalización y los eventos de sangrado mayor.

## FACTORES POSITIVOS DE LOS ACODs

- ✓ Pauta posológica simplificada.
- ✓ No precisa vigilancia periódica de la coagulación lo que se traduce en un menor impacto en la vida diaria del paciente y en una mejora de la calidad de vida.
- ✓ Puede administrarse a dosis fijas lo que conlleva una mayor adherencia al tratamiento y, por lo tanto, un aumento de la eficacia y la seguridad.
- ✓ Menor posibilidad de interacción con fármacos y alimentos.

En la cardiología actual cada día es más frecuente el uso de este grupo de fármacos en pacientes con fibrilación auricular o tromboembolismo venoso.



rev enfermeria 122 c.indd 29 12/6/20 13:56

| PRINCIPIO ACTIVO | DABIGATRAN | RIVAROXABAN | APIXABAN | EDOXABAN |
|---|---|---|---|---|
| NOMBRE COMERCIAL | PRADAXA | XARELTO | ELIQUIS | LIXIANA |
| MECANISMO DE ACCIÓN | INHIBIDOR DIRECTO TROMBINA | INHIBIDOR DIRECTO FACTOR Xa | INHIBIDOR DIRECTO FACTOR Xa | INHIBIDOR DIRECTO FACTOR Xa |
| INICIO DE ACCIÓN | 0.5- 2 H | 2-4 H | 1-4 H | 1-2 H |
| VIDA MEDIA | 12-17H | 5-9H | 12H | 9-11H |
| ELIMINACIÓN | RENAL 80% | HEPÁTICA | HEPÁTICA | HEPÁTICA y RENAL |
| ADMINISTRACIÓN | C/ 12H | C/24H | C/12H | C/24H |

Figura 2. Cuadro resumen ACODs

La fibrilación auricular (FA) es la arritmia cardiaca más frecuente en la población y la que más consultas y hospitalizaciones conlleva. En los pacientes que presentan una FA las aurículas laten de una manera muy rápida (más de 350 veces por minuto), no coordinada y desorganizada, lo que se percibe por el paciente como un pulso rápido e irregular.

Se estima que la prevalencia actual de FA en los sujetos mayores de 20 años es del 3%. Los avances relacionados con el manejo del paciente con FA en los últimos años han sido muy importantes (anticoagulantes orales de acción directa, cierre de la orejuela izquierda, ablación de FA, etc.)[2]. Prueba de ello, es que la Sociedad Europea de Cardiología ha publicado desde el año 2010 tres guías/actualizaciones sobre el manejo del paciente con FA.




Figura 3. Fibrilación auricular

## TIPOS DE FIBRILACION AURICULAR

1. Paroxística: los episodios finalizan espontáneamente en las primeras 48 horas.
2. Persistente: la arritmia dura más de 7 días, siendo necesario realizar una cardioversión farmacológica o eléctrica para recuperar el ritmo sinusal.
3. Permanente: cuando se opta por no recuperar el ritmo sinusal y el paciente persiste con la arritmia.

La enfermería tiene un rol fundamental en la detección de la arritmia mediante la toma de pulso, realización del ECG e interrogación dispositivos (MCP, DAI, Holter insertable)

## ANTICOAGULACION EN LOS PRECEDIMIENTOS CARDIOLOGICOS

**Cardioversión:** consiste en la aplicación transtorácica de una descarga eléctrica sincronizada. El objetivo es revertir una arritmia cardiaca (flutter y FA) a ritmo sinusal, despolarizando el corazón para permitir que el nodo sinusal vuelva a asumir su papel de marcapasos fisiológico.

La sincronización con la onda R es esencial para evitar que el paciente caiga en taquicardia ventricular o fibrilación ventricular. No confundir la cardioversión eléctrica con la desfibrilación, que consiste en el paso de una corriente eléctrica continua no sincronizada con el electrocardiograma y cuyas indicaciones son la fibrilación ventricular y la taquicardia ventricular sin pulso.

La administración de los anticoagulantes antes del procedimiento es:

- ✓ ACODs: Anticoagulación plena 3-4 semanas previas al procedimiento
- ✓ Sintrom: INR>2 en las 3- 4 semanas previas al procedimiento

La embolia es la complicación más temida. Una incorrecta anticoagulación aumenta el riesgo.



rev enfermeria 122 c.indd 30 12/6/20 13:56

**Ablación:** es la aplicación mediante un catéter especial de energía (radiofrecuencia, frío, láser…) para producir una lesión controlada localizada en una zona de tejido cardíaco responsable de la formación de la arritmia.

Es una técnica curativa en un alto porcentaje de casos, con una baja incidencia de complicaciones [3].

La administración de los anticoagulantes antes del procedimiento es:

✓ ACODs: última dosis 24h antes procedimiento

✓ Sintrom: suspendido

✓ Alto Riesgo embolígeno: Heparina como terapia puente

**Desfibrilador Automático Implantable (DAI):** es un dispositivo ideado para monitorizar y tratar arritmias cardiacas. Si detecta bradicardia puede estimular igual que un marcapasos, si detecta una arritmia rápida peligrosa actúa aplicando una descarga eléctrica de alto voltaje con el fin de cortarla y que se restablezca el ritmo cardiaco normal.

La administración de los anticoagulantes antes del implante es:

✓ ACODs: suspender de 12 a 24 horas antes del procedimiento y reiniciar 12 horas tras el procedimiento

✓ Sintrom: ajustar las dosis previas para conseguir INR entre 2 y 3 el día de la intervención. El tratamiento se podrá reiniciar el mismo día de la intervención si no existen signos de sangrado evidentes.

## MANEJO DEL PACIENTE CON ANTICOAGULACION ORAL

Se recomienda el diseño de programas específicos de atención integral con carácter multidisciplinar, con una organización estructurada de los cuidados para todos los pacientes. Se ha demostrado que esto mejora la adhesión a las recomendaciones de las guías y reduce las hospitalizaciones y la mortalidad[4].

La educación sanitaria tiene como objetivo aumentar el conocimiento sobre los anticoagulantes que tienen los pacientes, así como los efectos secundarios, reacciones adversas e interacciones farmacológicas y alimentarias. Un aumento en el conocimiento sobre el tema conduce a un cambio en las actitudes sobre las conductas saludables y no saludables, lo que lleva a una mejoría en la salud, que es el objetivo final de la educación sanitaria. La enfermería como proveedor de cuidados profesionales de educación sanitaria juega un papel fundamental en el equipo multidisciplinar.

## RECOMENDACIONES AL PACIENTE ANTICOAGULADO

- Puede comer de todo, de forma variada y equilibrada, sin cambios bruscos.
- Pueden influir en la dosis de anticoagulantes AVK alimentos como coles, lechuga, espinacas, brócoli, tomate, espárragos, brécol, repollo y otros vegetales de hoja verde.
- Evitar el consumo de alcohol y tabaco ya que pueden disminuir el efecto de los anticoagulantes.
- En caso de vómitos se debe tener en cuenta que la medicación se absorbe por vía digestiva.
- Recomendaciones higiénico-dietéticas:
  - Mantener el peso dentro del rango normal aplicando el IMC (18,5- 24,9) evitando el sobrepeso.
  - No tomar ningún nuevo medicamento sin consultar con el médico.
- Tome sus pastillas como le han sido prescritas.
- Tome el fármaco a la misma hora y si se olvida, continúe con la dosis que le corresponda.
- No cambie ni interrumpa el tratamiento sin consultar al médico.
- Debe advertir que está tomando anticoagulantes si se va a realizar intervenciones dentales, pruebas diagnósticas invasivas (endoscopias, biopsias…) o intervenciones quirúrgicas.
- Cuidado especial en el cepillado de dientes y afeitado.

## CONCLUSIONES

Dada la estrecha relación terapéutica entre el paciente y los profesionales de enfermería, se consideró oportuno realizar un abordaje acerca de la situación actual de la anticoagulación oral, para aproximarlo a los profesionales y lograr así un manejo más completo y más seguro del paciente anticoagulado

## BIBLIOGRAFIA

1.- Camm AJ, Lip GY, De Caterina R, et al. 2012 Focused update of the ESC Guidelines for the management of atrial fibrillation: an update of the 2010 ESC Guidelines for the management of atrial fibrillation. Developed with the special contribution of the European Heart Rhythm Association. Eur Heart J. 2012; 33: 2719-47

2.- Loffredo L, Perri L, Violi F. Myocardial infarction and atrial fibrillation: different impact of anti-IIa vs anti-Xa new oral anticoagulants: a meta-analysis of the interventional trials. Int J Cardiology 2015; 178: 8-9.

3.- García Civera R, Ruiz Granell R, Morell Cabedo S, Sanjuán Mañez R, Martínez León J, Botella Solana S, López Merino V. El laboratorio de electrofisiología. En: Electrofisiología cardiaca y ablación. McGraw Hill Interamericana. 1999. p. 25-30.

4.- Serradilla Fernandez A, Reyero Hernandez M del M, Guerrero Chacón B, Tobajas Tobajas ME, Reyero Hernandez A. Pacientes con tratamiento anticoagulante oral. Rev. Rol. 2013;36(4):34-8.



rev enfermeria 122 c.indd 31 12/6/20 13:56

# XVIII Concurso de Fotografía “Puerta del Carmen”

## LIBRE



***Solidaridad***

Mª Victoria Sanjuán Barcelona
1er Premio

***La fuerza del Agua***

Tamara Montesinos Escartín
2° Premio



***Formas Naturales***

Virginia Guía Rambla
3er Premio



## CIENTÍFICO



***Aferrarse a la vida***

Mirian Añaños Blázquez
1er Premio



rev enfermeria 122 c.indd 32 12/6/20 13:56



***Sutura entre montañas***

Mª José Gil Mosteo
2° Premio



***Quiero ser como tú***

Ana Martínez Ibáñez
3er Premio

# XVII Concurso de Narrativa Corta y Cuentos

***Roca y Sangre*** de, Sergio Manuel Marfil Malagón. 1er Premio

***Postales de un Cuento***, de Sandra West Ortín. 2º Premio

***¡Qué razón, Auserón!*** de Elena Navarro Asensio. 3er Premio

# Premio Científico de Enfermería

**1er Premio, dotado con 1.200 €**

**Autora:**

Fátima Méndez López de Manzanara

**Título:**

Intervención en la Prevención de la Obesidad y Sobrepeso en Escolares: un meta-análisis



rev enfermeria 122 c.indd 33 12/6/20 13:56

PSN

# PSN iProtect

## Invertir en fondos nunca tuvo tantas garantías

El Unit Linked de PSN permite elegir iProtect, **un fondo que te garantiza**, al menos, **el 80% de la inversión**.

GARANTÍA MÍNIMA
80%
DE LA INVERSIÓN



SEGUROS • AHORRO E INVERSIÓN • PENSIONES

**910 616 790** · psn.es ·

# iProtect:
## la inversión al alcance del profesional más conversador

El profesional sanitario tiene muchas preocupaciones en su cabeza como para que la incertidumbre sobre sus inversiones sea una más de ellas. Si bien cada vez hay más personas dispuestas a asumir cierto riesgo inversor por una mayor perspectiva de rentabilidad, lo cierto es que el ahorrador medio español tiene un perfil conservador y no está dispuesto a asumir los vaivenes del mercado. Por ello, PSN cuenta con iProtect, un interesante producto financiero en su cartera de seguros de fondos de inversión. iProtect es una herramienta configurada a partir de los fondos de inversión que forman la cartera arriesgada de Unit Linked IV, cuya particularidad es que ofrece una garantía de capital del 80%. En otras palabras, cuenta con una expectativa de rentabilidad superior a la que ofrece la cartera conservadora y una volatilidad inferior a la que se ven expuestos los perfiles más arriesgados. El mutualista podrá configurar su Unit Linked con la cesta de fondos que escoja e incluir iProtect como si de uno más se tratase (incluso optar exclusivamente poriProtect), con la particularidad de que la parte de la inversión realizada en él estará garantizada en todo momento hasta el 80%, y consolidándose tanto los rendimientos obtenidos como las sucesivas aportaciones realizadas a ese mismo porcentaje de protección. De este modo, cuando el mercado experimente subidas, la cuantía total garantizada se irá incrementando, pudiendo llegar a superar la inversión realizada inicialmente. Sin embargo, si se experimentan caídas, no se producirían las consecuentes pérdidas, ya que el importe que ha sido garantizado nunca puede descender: ese 80% es un porcentaje fijo que se aplica sobre el valor más alto alcanzado por iProtect desde su inicio. Con esta nueva herramienta, PSN acerca su seguro de fondos de inversión al perfil de ahorrador conservador, posibilitando, en este entorno de bajos tipos de interés, acceder a rentabilidades próximas a los productos con mayor riesgo inversor, ofreciendo al mismo tiempo un alto nivel de seguridad.

# App Colegial OCEZ




Ya está disponible la aplicación para dispositivos móviles del Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza. Conéctate de la forma más cómoda al Colegio y aprovecha todo lo que te ofrece.

**Si eres colegiado, puedes descargarla ya y comenzar a utilizar la aplicación.**

DISPONIBLE EN Google Play

# 1ª Jornada sobre agresiones a sanitarios

**Fernando Zapater. Enfermero.**
**Miembro de la Comisión Deontológica del Colegio de Enfermería de Zaragoza**

**Sin rodeos: un éxito rotundo.**

Desde la Comisión Deontológica del Colegio de Enfermería de Zaragoza vimos la necesidad de preparar una jornada acerca de las agresiones físicas y verbales que sufrimos los profesionales de enfermería en nuestro puesto de trabajo. Y así lo hicimos, confeccionamos la 1ª jornada con dos ponentes de primera categoría, Antonio Gaite y Arturo Navarro.

Para los que no pudieron asistir vais a leer un pequeño resumen de lo que aconteció en este maravilloso encuentro. Hemos de tener en cuenta que nuestro colectivo está considerado como autoridad y precisamente por este motivo debemos tener muy claras nuestras competencias y actuaciones ante cualquier tipo de agresión.

Tuvimos en primer lugar la ponencia de nuestro compañero enfermero Antonio Gaite, especialista en comunicación táctica y resolución de conflictos. Nos dio una visión del proceso que utiliza y enseña de "Defensa Verbal y Persuasión" y gracias a él pudimos ver diversos casos y estrategias a seguir ante una agresión verbal.

La realidad es que se nos hizo muy amena y escasa, porque Antonio tiene un bagaje profesional y personal que hace que podamos escucharle durante horas sin perder un ápice de lo que nos comunica.

Nos dio una clase magistral donde resumió el método de "Defensa Verbal y Persuasión" en una hora y media para dotarnos de estrategias efectivas y eficaces de comunicación. Quiero comunicaros que Antonio Gaite realiza estos cursos de forma recurrente en el Colegio de Enfermería de Zaragoza y os instamos y recomendamos que os apuntéis a formaros con nuestro compañero Antonio, no os defraudará.

En segundo lugar, pero no por ello menos interesante tuvimos la presencia de Arturo Navarro, Policía Local de Zaragoza y experto en contención física y resolución de conflictos y agresiones físicas. Cabe destacar que Arturo es hijo de un compañero enfermero, y se notó el amor que profesa a nuestro colectivo.

Arturo se ocupó de la parte práctica de la jornada dándonos soluciones prácticas y reales a algunas situaciones donde el profesional de enfermería está siendo agredido. Y sí, Arturo nos puso contra las cuerdas. Hizo que nos diéramos cuenta de que la práctica fija los conocimientos teóricos. Comenzamos a practicar y al ponernos en situaciones de estrés físico y emocional pudimos observar que incluso estando en un ambiente controlado, nuestras actuaciones para salir airosos de situaciones de riesgo físico real son deficientes y en absoluto resolutivas.

Para sintetizar, no somos capaces de reaccionar de forma adecuada ante una agresión física, ni siquiera profesionales que han realizado antes cursos de autodefensa eran capaces en esos momentos de reaccionar de forma instintiva y resolutiva.



Todos conocemos el concepto de "memoria muscular" y no es otra cosa que las reacciones de forma adecuada sin pensar, que el cuerpo reaccione solo... y eso precisamente estuvimos trabajando en la parte práctica con Arturo. Trabajamos constantemente en una técnica, repitiéndola bajo su supervisión hasta que lo hacíamos sin pensar, tan sólo reaccionábamos. Esa es la clave ante una agresión física y nos lo demostró con hechos.

Se produjeron risas y algún que otro "zasca" y la verdad es que disfrutamos muchísimo de la experiencia.

Adecuación y proporcionalidad nos apuntillaban constantemente Arturo y Antonio. Nuestras reacciones deben ser correctas y adaptadas a cada situación y además ser proporcionales al tipo e intensidad de la agresión.

Nos quedamos con buen sabor de boca, pero a la vez con ganas de más, de que Antonio nos preparara más dinámicas y Arturo nos pusiera contra las cuerdas.

Por este motivo desde la comisión estamos trabajando en una segunda jornada donde todo será más práctico, minimizaremos todo lo que se pueda el contenido teórico para enfocarnos en los casos prácticos y la defensa física y verbal.

Dar las gracias de la forma más efusiva posible a Antonio Gaite y Arturo Navarro, que son un ejemplo para todos nosotros como profesionales y unas maravillosas personas. Sin ellos no hubiera sido posible realizar esta jornada piloto.

Y por supuesto gracias a los profesionales de enfermería que acudieron a la jornada, 45 enfermeras, que fueron muy participativos y proactivos. Quiero deciros que la segunda jornada está en el horno, que os avisaremos cuando esté todo preparado y listo y que los que acudáis, venir con ropa cómoda deportiva porque nuestros dos maestros nos meterán en el ring.

Desde la Comisión Deontológica seguiremos trabajando no solo en dar visibilidad a las agresiones a profesionales sino además en la resolución de estas.

**Gracias**



rev enfermeria 122 c.indd 36 12/6/20 13:56

Ilustre Colegio Oficial
de Enfermería de Zaragoza

**Remitir cumplimetado a la Comisión Deontológica**

Calle Tomas Bretón 48,Principal 50005 Zaragoza

Teléfono:976354962

Email: comdeontologica@ocez.net

## MODELO DE CONSULTA A LA COMISIÓN DEONTOLÓGICA

**Identificación del consultante:**

| | |
|---|---|
| - Nombre y apellidos: | |
| - DNI: | |
| - Dirección: | |
| - Teléfono: | |
| - Mail: | |
| - Centro de trabajo: | |

**Identificación del reclamado:**

| | |
|---|---|
| - Nombre y apellidos: | |
| - DNI: | |
| - Dirección: | |
| - Teléfono: | |
| - Mail: | |
| - Centro de trabajo: | |

**Exposición concreta sobre los hechos reclamados:**

| |
|---|
| |

**Relación de documentación adjunta:**

**Profesionales implicados en el caso:**

Fecha:

Firma del interesado

rev enfermeria 122 c.indd 38 12/6/20 13:56

A.M.A. agrupación mutual aseguradora

LA MUTUA DE LOS **PROFESIONALES SANITARIOS**

# PROMOCIÓN EXCLUSIVA

Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza



## Descubra las OFERTAS EXCLUSIVAS que A.M.A. le ofrece por pertenecer al Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza.

## Seguro de **Automóvil**

- NUEVOS SERVICIOS DE ITV, GESTORÍA Y "MANITAS AUTO"
- AMPLIA RED DE TALLERES PREFERENTES
- REPARACIÓN Y SUSTITUCIÓN DE LUNAS A DOMICILIO
- CON DESCUENTOS DE UN 50% POR NO SINIESTRALIDAD
- PÓLIZAS DE REMOLQUE
- LIBRE ELECCIÓN DE TALLER
- ASISTENCIA EN VIAJE 24 HORAS DESDE KILÓMETRO CERO
- PERITACIONES EN 24-48 HORAS
- RECURSOS DE MULTAS
- DECLARACIÓN DE SINIESTROS POR TELÉFONO E INTERNET

Hasta un **60%*** **BONIFICACIÓN**

**Y ahora, además, le regalamos Tarjetas de Combustible, según la modalidad que contrate:**

| Contratando TERCEROS + LUNAS | Contratando TERCEROS AMPLIADO | Contratando TODO RIESGO con FRANQUICIA | Contratando TODO RIESGO sin FRANQUICIA |
|---|---|---|---|
| REGALO 20 € EN COMBUSTIBLE | REGALO 30 € EN COMBUSTIBLE | REGALO 40 € EN COMBUSTIBLE | REGALO 50 € EN COMBUSTIBLE |

**A.M.A. ZARAGOZA**
José María Lacarra de Miguel, 8; bajo Tel. 976 22 37 38 zaragoza@amaseguros.com

LA MUTUA DE LOS **PROFESIONALES SANITARIOS**
**www.amaseguros.com** 976 22 37 38 / 902 30 30 10

A.M.A. agrupación mutual aseguradora
LA MUTUA DE LOS PROFESIONALES SANITARIOS

Síganos en

(*) Promoción válida para presupuestos de nueva contratación.
No acumulable a otras ofertas. Consulte fechas de la promoción y condiciones en su oficina provincial A.M.A.



rev enfermeria 122 c.indd 39 12/6/20 13:56

# Prestaciones sociales






## BASES

Las Bases para la solicitud de las prestaciones sociales del Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza, son las siguientes:

■ MATRIMONIO Y ENLACES CIVILES -100 Euros-
Fotocopia del libro de familia y fotocopia del D.N.I. del colegiado solicitante.

■ NACIMIENTO -100 Euros-
Fotocopia del libro de familia, titulares e hijo y fotocopia del D.N.I. del colegiado.

■ DEFUNCIÓN -250 Euros-
Certificado de defunción y fotocopia del D.N.I. del solicitante.

Será condición imprescindible para beneficiarse de estas prestaciones, estar colegiado con una antigüedad mínima de seis meses, y al corriente de pago en el momento de producirse el hecho causante que da lugar a dicha prestación.

El plazo de solicitud terminará a los tres meses de la fecha del evento causante de la misma.

Los nombres de las personas que perciban dichas prestaciones pueden ser publicados en la revista **Noticias de Enfermería** salvo petición expresa en contra por escrito por parte de los interesados.

**Acceso a prestaciones para colegiados en función de los Convenios firmados.**
**http://www.ocez.net/descuentos**

# Para publicar con nosotr@s

Pueden colaborar con **Cuidando la Salud**, la Revista del Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza, todos los colegiados que lo deseen siempre que se atengan a las siguientes normas:

**1**

Los trabajos deben tener relación con la Enfermería y la Sanidad en sus diferentes facetas y en general con todos aquellos temas que puedan ser de interés para los miembros del Colectivo y/o de la población en general.

**2**

**Han de ser originales, escritos especialmente para la Revista y con estilo adecuado para ser publicados en ella adaptándose en lo posible a las «Normas de Vancouver».**

**3**

El texto de los trabajos no debe ser superior a 3.000 palabras. Deben acompañarse de fotografías, dibujos o gráficos que los ilustren hasta un máximo de seis figuras. Deben ser identificados el autor o autores de cada una de las fotografías enviadas. Si no pertenecen al autor del trabajo, la Revista entenderá que éste tiene autorización del titular de la propiedad intelectual para su publicación.

**4**

Los trabajos se presentarán en Word, en mano, por correo certificado o a la dirección de correo electrónico del Colegio.

**5**

Con el trabajo deben figurar los datos del autor o autores (hasta un máximo de seis, salvo justificación): nombre, dirección y teléfono, así como el lugar donde presta sus servicios profesionales.

**6**

Al final de cada trabajo debe reseñarse, si es el caso, la bibliografía o trabajos consultados.

**7**

Los trabajos publicados representan exclusivamente la opinión personal de los autores del mismo, no responsabilizándose la Revista de las opiniones vertidas en los mismos. No se mantendrá correspondencia sobre los trabajos, ni se devolverán los originales recibidos.

**8**

Todo trabajo o colaboración se enviará a:
Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza
Revista Noticias de Enfermería
Bretón, 48 pral. 50005 Zaragoza
E-mail: comcientifica@ocez.net • enfermeria@ocez.net



rev enfermeria 122 c.indd 40 12/6/20 13:56

# Prestaciones colegiales






## ASESORÍA JURÍDICA

**Juan Carlos Campo Hernando.**
**Paula Hormigón Solas.**

Atención en la Sede Colegial, previa petición de hora:

Martes y jueves, de 17:30 a 19:30 h.
Miércoles, de 12:00 a 14:00 h.

## ASESORÍA FISCAL Y TRIBUTARIA

**Pilar Begué Villanueva.**
**Manuel Pérez Pérez.**
**ASE BEPE NOLASCO.**

Pza. San Pedro Nolasco, 1, 2º F.
50001 Zaragoza.
Previa petición de hora en la Sede Colegial. Teléfono 976 356 492.
Tramitación gratuita de la jubilación.

## SERVICIOS GENERALES

Atención inmediata por parte del Presidente. Horario de 11:00 a 13:00 h.
Casos urgentes, teléfonos:
Presidente 629 420 641
Secretario 608 936 245

Tramitación de colegiación: altas, traslados. Certificados de colegiación, responsabilidad civil, cuota, etc. Registro de Títulos. Tramitación de bajas por jubilación, fallecimiento, traslado no ejerciente.

Cambios de cuentas corrientes.

Información a domicilio sobre bolsas de trabajo, oposiciones, etc., previa solicitud.

Información del BOE y BOA.

Inserción de anuncios en el tablón del Colegio, en la revista **Noticias de Enfermería** y en la página web www.ocez.net. Inserción de ofertas de trabajo en la página web www.ocez.net.

Compulsa gratuita de documentos.
Teléfono azul de la Enfermería **902 500 000**, 24 horas.

Conexión a internet.

## SEGUROS

Responsabilidad civil profesional.
Máxima indemnización por siniestro: **3.500.000 €.**
Límite por anualidad: **20.000.000 €.**
Inhabilitación profesional máxima: **1.350 €** mensuales (hasta 15 meses).

## FORMACIÓN CONTINUADA

Oferta de docencia por trimestres, con un programa de cursos baremables.

Información personal y telefónica de los distintos Cursos, Jornadas, seminarios, etc. e inscripciones en los mismos.

Documentación, certificados, etc., que pudieran derivarse del programa docente.

## BIBLIOTECA

Biblioteca informatizada con más de 3.900 volúmenes y más de 6.500 revistas especializadas.

## ACTOS SOCIALES E INSTITUCIONALES

Celebración de la festividad del Patrón, San Juan de Dios.

Juramento Deontológico de Nuevos Colegiados y entrega del Código Deontológico e Insignias de Plata de la Organización Colegial.

Homenaje a los compañeros jubilados con entrega de placas conmemorativas.

Apoyo y ayuda, previa aprobación por Junta de Gobierno, a los actos de Bodas de Oro y de Plata de las distintas promociones.

Organización del Día de la Familia de la Enfermería.

## BECAS

Convocatoria anual de Becas a la Formación Continuada para asistencia a Congresos, Jornadas y Seminarios, siempre que se presenten ponencias, comunicaciones o pósters y hayan sido aceptadas por la organización.

Será necesario aportar la documentación con la que se participa en el mismo:

**a** Justificar la inscripción.
**b** Justificar la asistencia.
**c** Solicitarlo por escrito dirigido al Presidente.

## PREMIOS

Convocatoria anual del Premio de Investigación Enfermera **«Don Ángel Andía Leza»**.

Convocatoria anual del Premio Científico de Enfermería, el Accésit y la Medalla de Oro al Mérito Profesional.

Convocatoria anual del Concurso de Fotografía **«Puerta del Carmen»**.

Convocatoria anual del Concurso de Narrativa Corta y Cuentos.

## INFORMACIÓN

Página web del Colegio www.ocez.net actualizada regularmente con toda la información de actividades y servicios del Colegio.

Direcciones de correo electrónico: enfermeria@ocez.net (Zaragoza) y enfermeria2@ocez.net (Calatayud).

Revista científica **Cuidando la Salud**, de publicación anual que se puede visitar y descargar en www.ocez.net.

Revista **Noticias de Enfermería** de información general y periodicidad bimestral, que también se encuentra integrada en www.ocez.net.

Información personalizada, a domicilio, de todas las actividades que se realizan en el Colegio, docentes, sociales o institucionales..



rev enfermeria 122 c.indd 41 12/6/20 13:56

# Directorio de servicios

## BALNEARIOS

**Balneario de Sicilia**

Ctra. Calmarza, km. 1
50237 Jaraba (Zaragoza)
Tel. 976 848 011

**Aquum Spa**

Carrer del Camí del Racó, 15
Platja Pineda (Tarragona)
Tel. 977 358 061

## BANCOS

**Banco Sabadell**

Consultar oficinas

**IberCaja Banco**

Consultar oficinas

## CENTROS ASISTENCIALES

**Atenzia**

Ver página web.

**Grupo Las Mimosas**

Residencia Las Mimosas
Avda. Domingo Masot, 10.
50.296 Urrea de Jalón
Tel. 976 654 406

Mimohogar
Francisco Vitoria, 16-18.
Zaragoza. Tel. 976 423 935

**Tu mayor amigo**

Delegada de Aragón:
Belén Sánchez Cortés.

Cortes de Aragón, 4.
50005 Zaragoza
Tel. 682 382 890
www.tumayoramigo.com

**Vitalia**

Pº Constitución, 18-20.
Zaragoza. Tel. 696 917 219

**Orpea**

San Juan de la Cruz, 22
Zaragoza. Tel. 976 655 055

## CENTROS MÉDICOS

**Goya Corporal (Centro de medicina integral)**

Avda. Goya, 26.
Zaragoza. Tel. 976 483 603

## CLÍNICAS

**Quirón**

Hospital Quirón
Pº Mariano Renovales.
Zaragoza

Hospital de Día
Avda. Gómez Laguna, 82
Zaragoza
Tel. 976 566 648 / 976 720 000

**Institutos Odontológicos**

Pº Sagasta, 76. Zaragoza.
Tel. 976 376 169

**Clínica Dental Beltrán**

Pilar Lorengar, 6
Zaragoza. Tel. 976 566 648

**OMT Centro Clínico**

Francisco Vitoria, 29. Zaragoza.
Tel. 673 744 010 / 644 161 870

**Neuroactívate Zaragoza**

Tomás Bretón, 48, Principal A.
Zaragoza.
Tel. 647 384 737 / 876 113 004

## EDUCACIÓN

**Enseñalia**

Santa Teresa de Jesús, 32.
Zaragoza. Tel. 976 367 272

**Ceste**

info@ceste.es • 976 568 586

**Newlink**

cursoescolarextranjero.newlink.es

## ELECTRODOMÉSTICOS

**Europa Electrodomésticos**

Paseo Fernando el Católico, 61.
Zaragoza. Tel. 976 351 098

Avenida María Zambrano, 40
Zaragoza. Tel. 976 740 090

Camino de las Torres, 19.
Zaragoza. Tel. 976 481 265

## FISIOTERAPEUTAS

**Fisio Zaragoza**

Paseo Las Damas, 9, entlo. dcha.
Zaragoza.
Tel. 647 974 924
info@fisiozaragoza.es

**Trauma Aragón**

Pº Constitución, 22. Zaragoza.
Tel. 976 799 512
info@traumaaragon.com

## FLORISTERÍA

**Raizes**

Juan Pablo II, 10. Zaragoza.
Tel. 976 756 316

## GASOLINERAS

**Cepsa**

Descuentos al repostar todo tipo de carburantes de la Red de Estaciones de Servicio CEPSA.
*Toda la información para solicitar la tarjeta se encuentra en la sección “Descuentos” de www.ocez.net

## HERBORISTERÍA

**El Árbol de la vida**

María Guerrero, 10. Zaragoza.
Tel. 976 757 301

## HOGAR

**Colchones Bed’s**

Unceta, 53. Zaragoza.
Tel. 976 235 290

Pº María Agustín, 93.
Zaragoza. Tel. 976 404 924



rev enfermeria 122 c.indd 42 12/6/20 13:56

José María Lacarra, 8.
Zaragoza. Tel. 976 235 290

Fernando el Católico, 46.
Zaragoza. Tel. 976 467 911

Avda. Pablo Ruiz Picasso, 13.
Zaragoza. Tel. 976 527 724

Miguel Servet, 27.
Zaragoza. Tel. 976 133 512

Travesía San Francisco, s/n.
Calatayud. Tel. 976 888 072

Paco Martínez Soria, 17.
Tarazona. Tel. 976 641 086

■ **La Ciruela**

Fernando el Católico, 56.
Zaragoza.

## ➤ JOYERÍAS

■ **Monge Joyeros**

Ossau, 4. Zaragoza.
Tel. 976 395 551

## ➤ MECÁNICA

■ **Taller Gestinauto**

María Guerrero, 27-29.
Zaragoza. Tel. 976 750 755

## ➤ OCIO

■ **Deportes Zenit**

María Guerrero, 12. Zaragoza.
Tel. 976 750 130

■ **Diverclick.com**

Sitio web de compra de tickets para eventos de ocio, culturales, etc. Promociones y bonificaciones a colegiadas/os información:
**www.diverclick.com/enfermeria**

■ **Acuario de Zaragoza**

José Atarés, s/n. Recinto Expo. Zaragoza.
Tel. 976 076 606

■ **Parque de Atracciones**

Paseo Duque de Alba, 15.
Zaragoza. Tel. 976 453 220

■ **E.M. El Olivar**

Argualas, 50. Zaragoza.
Tel. 976 306 336

## ➤ ÓPTICA

■ **Óptica Parque**

Avda. Fernando el Católico, 65.
Zaragoza. Tel. 976 358 178

■ **Óptica Lacalle**

Santa Teresa, 59. Zaragoza.

## ➤ ORTOPEDIA

■ **Óptica Lacalle**

Santa Teresa, 59. Zaragoza.

■ **Zaraorto**

Pablo Remacha, 17.
Zaragoza.Tel. 976 421 843

## ➤ PERFUMERÍA

■ **Perfumería Julia**

San Ignacio de Loyola, 7.
Zaragoza. Tel. 976 301 722

Cinco de Marzo, 4
Zaragoza. Tel. 976 796 957

## ➤ SEGUROS

■ **ASISA Salud**

Tel. 91 911 65 56
enferseguros@asisa.es
www.enferseguros.com

■ **Agrupación Mutual Aseguradora -AMA-**
(Seguros Automóviles, Accidentes, Viajes…)

Tel. 976 223 738
zaragoza@amaseguros.com

■ **Previsión Sanitaria Nacional -PSN-**

Tel. 976 436 700
oftzaragoza@psn.es

## ➤ TERAPIAS

■ **D. Gabriel Fustero de Miguel**

Tel. 685 614 419

■ **Tranquility**

Baltasar Gracián, 9. Zaragoza.

■ **Resonando en ti**

Plaza Emperador Carlos, 8.
C.C. Porches del Audiorama.
Zaragoza.

## ➤ VIAJES

■ **Nautalia**

Avda. Goya, 55. Zaragoza.
Tel. 976 91 48 12

■ **Halcón Viajes**

Canfranc, 9. Zaragoza.
Tel. 976 980 533

■ **Complejo San Juan - Grupo PSN**

Doctor Pérez Mateos, 2. San Juan (Alicante).
Tel. 965 942 050
info@complejosanjuan.com
www.complejosanjuan.com

■ **Los Robles - Grupo PSN**

Mendizábal, 1. Oviedo.
Tel. 985 209 396
www.losroblesasturias.com

**TODA LA INFORMACIÓN SE ENCUENTRA DISPONIBLE EN LA WEB DEL COLEGIO: WWW.OCEZ.NET**



rev enfermeria 122 c.indd 43 12/6/20 13:56




Noticias de Enfermería Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza ■ Tomás Bretón, 48 pral. ■ 50005 Zaragoza ■ Teléfono 976 356 492 ■ www.ocez.net

rev enfermeria 122 c.indd 44 12/6/20 13:56