Noticias de Enfermería

Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza
NÚMERO 95 • ENERO-FEBRERO 2014
PERIODICIDAD BIMESTRAL • I.S.S.N.: 1130-2410

TRANSPARENCIA

Portada: Francisco Núñez Arcos/Los Sitios.

Noticias de Enfermería

AÑO XVI NÚM. 95
ENERO-FEBRERO 2014

- **Director:**
  Juan José Porcar Porcar.
- **Director Técnico:**
  Francisco Núñez Arcos.
- **Consejo de redacción:**
  Vicente Luis Moreno.
  José Luis Bancalero Flores.
  M.ª Carmen Gracia Cirugeda.
  A. Carmen Longares Longares.
  Ricardo Villarroya Villagrasa.
  Blanca Giménez Alcántara.
  Emmanuel Echániz Serrano.
  Belén Val Lechuz.
  Inmaculada Marco Arnau.
  Asunción Andía Navarro.
- **Edita:**
  Organización Colegial de Enfermería en Zaragoza. Tomás Bretón, 48 pral. Edificio Torresol. 50005 Zaragoza.
  Tel. 976 356 492. Fax 976 559 774.
  E-mail: prensa@ocez.net • www.ocez.net
- **Edición y diseño:**
  Los Sitios talleres gráficos.
  Ávila 17. 50005 Zaragoza.
- **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 **actualidad** Coordina: Francisco Núñez Arcos

La juventud enfermera, en su Colegio.

Festividad de San Juan de Dios, Patrón de la Enfermería.

Comida de Navidad de la Asociación de Jubilados de Enfermería.

50 aniversario Promoción A.T.S. 1963-64.

Fallo de los Concursos XII de Fotografía y XI de Narrativa Corta y Cuentos.

XI Concurso de Narrativa Corta y Cuentos.
Premio Científico de Enfermería 2013.

Homenaje municipal a la Matrona María Ángeles Checa Díez.

El helicóptero del 112, a la Base Aérea de Zaragoza.

Grupo de investigación Aurora Mas.

Asamblea General Ordinaria. Zaragoza, 30 de enero de 2014.

21 **entrevista**

La Unidad de Corta Estancia de Psiquiatría Infanto-Juvenil del Clínico, a pleno rendimiento.

24 **ética y deontología**

Nueva meta para Enfermería «Curso Sanidrogas».

27 **colaboración**

Decálogo enfermero para el cuidado de las personas mayores.

«Puerta de entrada al éxito».

El Colegio firma la póliza de Responsabilidad Civil Profesional con A.M.A. Seguros.

Cuidándote/Cuidándome.

PSN reúne al Maestro J. Achúcarro y a la Orquesta Filarmónica de España en un concierto en beneficio de los más desfavorecidos.

44 **asesoría jurídica**

Libranzas en Atención Primaria. Mesa Sectorial de Sanidad, diciembre de 2013.

46 **enfermería naturista**

SEN próximas actividades.

49 **libros**

50 **agenda**

Las mujeres zaragozanas apuestan por el deporte.

Aramon. Abonos de temporada laborables.

Nueva convocatoria del programa Focuss.

Convocatoria de Premios de Enfermería.
Premio Cristalmina® de Enfermería 2014, 1ª Edición.
Premio Nobecutan® de Enfermería 2014, 5ª Edición.

Prestaciones Sociales. Normas de colaboración.

Prestaciones Colegiales.

Transparencia

Y Eficacia. Son las premisas que nos marcamos hace ya un tiempo. Premisas electorales, pero no vacías o recolectoras de votos, sino llenas de contenido, firmes, convencidos de que las íbamos a aplicar de forma tajante. Y lo hemos hecho. No voy a hacer repaso de la trayectoria colegial en cuanto a aspectos administrativos o financieros, hay multitud de documentos, Sentencias y Resoluciones que pueden ser consultados por cualquier colegiado, por cualquier ciudadano que así lo requiera y en el lugar donde corresponda. Solo hay que conocer y aplicar los procedimientos adecuados. Siempre ha sido así y hoy no ha cambiado, es de dominio público. Tampoco voy a enumerar ahora todas las vicisitudes y procesos que se han seguido en el periodo de tiempo en el que he tenido, tengo, el honor de presidir la Junta de Gobierno de este Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza y provincia. No es necesario que lo haga, aquellos colegiados que hayan seguido puntualmente el recorrido de nuestro trabajo y dedicación, lo conocen perfectamente. Con Transparencia y Eficacia. Estoy cada día alerta, a disposición del colegiado. En páginas interiores de este número, en las que se refieren a la Asamblea General del mes de enero, se reflejan algunas de las actividades, no todas, realizadas a lo largo del año pasado.

Algunos otros colegiados han intentado, en buena lid, aterrizar en la Sede Colegial de la calle Bretón, para pilotar los destinos de la enfermería zaragozana. Ellos han tenido muchas más facilidades que las que tuvimos, en su momento, los que hoy los gestionamos con todo el derecho, con el derecho y la legitimidad de haber pasado varias veces por el inexorable e implacable filtro de las urnas. Extendiendo el símil aeronáutico, tras planear durante varios años, con unas muy, muy, adversas condiciones, conseguimos tomar tierra en el erial colegial existente, que hoy creemos firmemente que ha dejado de serlo, se ha vuelto fértil.

En los aspectos generales, la profesión tiene algunos problemas derivados de la situación política–económica–social en el que estamos inmersos y de la que, en absoluto, somos responsables aunque pagamos las consecuencias. Desde el Colegio, y apoyando las acciones del Consejo General, avanzamos en asuntos derivados del Acuerdo firmado por la Mesa de la Enfermería Española con el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, con el fin de agilizar su tramitación, prestando una atención prioritaria a la regulación de la Prescripción Enfermera, las Especialidades y el Registro de los Profesionales Sanitarios. Hay que potenciar los proyectos pendientes que tienen especiales consecuencias en el desarrollo de la profesión, el momento requiere de nuestro soporte para prosperar, hemos de aunar los esfuerzos para ello.

En el ámbito local, estamos a punto de celebrar la Festividad de San Juan de Dios, nuestro Patrón, el patrón de toda la Enfermería. Los actos programados incluyen una parte lúdica, pero hay otros menos festivos en los que recordaremos a nuestros difuntos y homenajeamos a los jubilados. También haremos entrega tanto del Premio Científico de Enfermería, como los de Fotografía y Narrativa Corta y Cuentos, además de la Becas a la Formación Continuada. Unos actos de todos y para todos, que se cierran con la tradicional Cena de Hermandad. Tras la fiesta seguiremos trabajando en el Colegio, por el colegiado, con absoluta Transparencia. Y con Eficacia.

Un fuerte abrazo para todos,

Juan José Porcar Porcar
Presidente

La juventud enfermera, en su Colegio

© Fco. Núñez Arcos

Grupo de preparación EIR, dos días antes de su examen en febrero.

Llenan de juventud, de vitalidad, el espacio colegial. Desde el Colegio se les han hecho, atendiendo a sus necesidades, a sus demandas, distintas ofertas para que les sea más fácil introducirse en el hoy difícil y competitivo mundo laboral. Y la respuesta, como no podía ser de otra forma, ha sido rotunda, espectacular.

Estos días de comienzo de año hay en las aulas colegiales alrededor de quinientos alumnos que hacen Preparación de Oposiciones, EIR o la programación de Formación Continuada. Las aulas están repletas de profesionales de enfermería con ansias de aprender para superar las pruebas y comenzar a aplicar los conocimientos que han adquirido en su etapa de formación universitaria. Los del grupo EIR se acaban de examinar y traen buenas sensaciones, pero toca esperar los resultados. Cuando finalicen los que ahora están, vendrán otros, la oferta formativa es constante, trimestral.■

El Colegio está vivo y los colegiados que se pasan por la Sede lo pueden corroborar.

FESTIVIDAD DE SAN JUAN DE DIOS, PATRÓN DE LA ENFERMERÍA

Zaragoza, 6 y 7 de marzo de 2014

Un año más honraremos a nuestro Patrón, San Juan de Dios en la fecha de su Festividad.

Hemos programado dos Jornadas los días 6 y 7 de marzo. Esperamos contar con vuestro apoyo y participación, son fundamentales para el desarrollo de los actos de esta fiesta de la Enfermería.

Programa de Actos

Jueves, seis de marzo

- Entrega del Premio Científico de Enfermería, las Becas y los Premios de Fotografía y Narrativa.
  Lugar: Salón de Actos «Don Ángel Andía Leza» del Colegio de Enfermería. 19:00 horas.

Viernes, siete de marzo

- Santa Misa.
  Lugar: Salón de Actos «Don Ángel Andía Leza» del Colegio de Enfermería. 19:30 horas.
- Cena de Hermandad ■ Homenaje a los jubilados.
- Sorteo de regalos, baile y Fin de fiesta.
  Lugar: Restaurante Aura. Avda. de Ranillas, 7. Zaragoza.

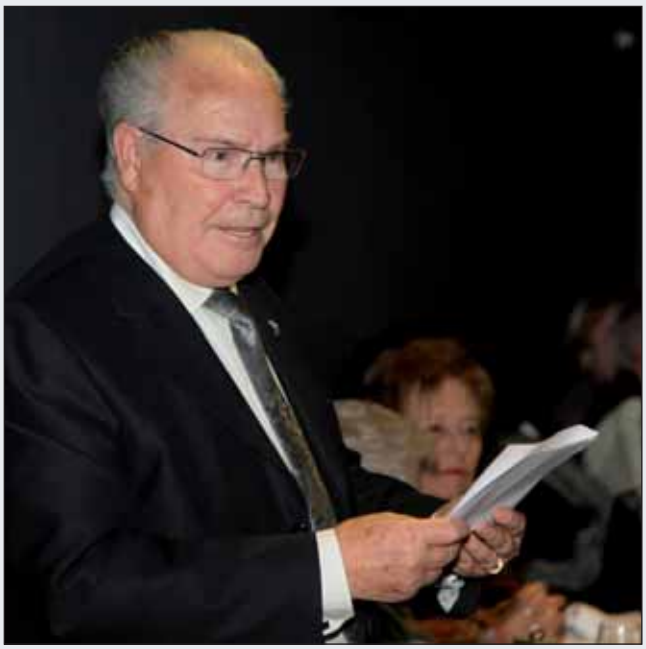
Comida de Navidad de la Asociación de Jubilados de Enfermería

Desarrollan durante todo el año una intensa actividad cultural y lúdica

Como es tradicional, la Asociación de Jubilados de Enfermería del Colegio de Zaragoza ha celebrado su Comida de Navidad en un conocido restaurante de nuestra ciudad.

Desarrollada la comida en un ambiente de exquisita cordialidad, al finalizar la misma todos los asistentes han recibido un regalo-recuerdo personalizado y ha pronunciado unas palabras su presidente Aurelio Navarro, felicitando la Navidad y el año Nuevo a los presentes entre los que se encuentran el presidente del Colegio y su esposa Ana. El presidente Porcar ha respondido a la felicitación y deseado que la Asociación continúe con sus variadas actividades, destacando la importancia de mantener vivas todas ellas, especialmente las culturales.

El presidente de la Asociación ha confirmado algunas de las acciones programadas para este año 2014, destacando que para el mes de mayo tienen proyectado un viaje de una semana a la zona del Mediterráneo, visitando los monumentos, museos y lugares más emblemáticos de Alicante, Murcia y alrededores para admirar su historia y su belleza. Se alojarán en el Complejo Hotelero San Juan, que Previsión Sanitaria Nacional –PSN– tiene en Alicante y para el que ya hay confirmadas más de sesenta reservas, aunque aún hay plazas libres, ya que no existe limitación de ningún tipo. Los jubilados interesados pueden ponerse en contacto con la Asociación en el teléfono de la Sede Colegial 976 356 492 en horario de oficina. ■



© Fco. Núñez Arcos

El Presidente de la Asociación de Jubilados Aurelio Navarro dirigiéndose a los asistentes a la Comida de Navidad.

Regalo personalizado para todos los asistentes.

© Fco. Núñez Arcos

Complejo hotelero San Juan. Alicante.

50 aniversario

Promoción A.T.S. 1963-64

Fecha de la celebración:

Jueves 5 de junio.

Salón de Actos
«Don Ángel Andía Leza»
del Colegio de Enfermería.

Acto Académico de:

Renovación
del Juramento Deontológico.

Entrega de la Insignia
de Oro Colegial.

Posteriormente celebraremos una Comida de Hermandad en el lugar que comunicaremos oportunamente. Es una buena ocasión para reunirnos y rememorar viejos tiempos.■

Confirmar asistencia en Secretaría del Colegio de Enfermería.

Teléfono 976 356 492

¡Qué tiempos...!

Logoss FORMACIÓN CONTINUADA on-line

CURSOS A DISTANCIA Y ON LINE

953.24.55.00 | 622 666 006 Información WhatsApp | www.logoss.net / formacion@logoss.net

A distancia — Temática: Emergencias. 3 cursos

ESTAS 3 ACTIVIDADES ESTÁN ACREDITADAS POR LA COMISIÓN DE FORMACIÓN CONTINUADA DE LAS PROFESIONES SANITARIAS DE LA COMUNIDAD DE MADRID (SNS)

Precio conjunto de estas 3 actividades: 120 €

(incluye envío urgente del material)

- 4.7 — ✓ ATENCIÓN ENFERMERA E INTERVENCIONES EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS I — 70 horas
- 4.7 — ✓ ATENCIÓN ENFERMERA E INTERVENCIONES EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS II — 75 horas
- 4.7 — ✓ ATENCIÓN ENFERMERA E INTERVENCIONES EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS III — 60 horas

14 años comprometidos con la formación

A distancia — Temática: Catástrofes. 3 cursos

ESTAS 3 ACTIVIDADES ESTÁN ACREDITADAS POR LA COMISIÓN DE FORMACIÓN CONTINUADA DE LAS PROFESIONES SANITARIAS DE LA COMUNIDAD DE MADRID (SNS)

Precio conjunto de estas 3 actividades: 120 €

(incluye envío urgente del material)

- 3.6 — ✓ INTERVENCIONES ENFERMERAS ANTE LAS CATÁSTROFES. A DISTANCIA — 55 horas
- 4.4 — ✓ APLICACIÓN ENFERMERA DE TÉCNICAS EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS I. A DISTANCIA — 70 horas
- 4.4 — ✓ APLICACIÓN ENFERMERA DE TÉCNICAS EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS II. A DISTANCIA — 80 horas

OFERTA

Si te matriculas simultáneamente en **EMERGENCIAS** y **CATÁSTROFES**, el **precio de estas 6 actividades es de 160,00 €** (ahorro 80 €) y además te obsequiamos con una magnífica **TABLET 7", un PULSIOXÍMETRO y un cheque regalo de 15 € para tu próxima compra**.

Oferta válida hasta el 23 de marzo de 2014 (inclusive) o fin de existencias (un lote de regalos por alumno). Si te acoges a esta oferta los regalos de los cursos EMERGENCIAS y CATÁSTROFES no son acumulables con el lote de la oferta.

OBSEQUIOS

A distancia — Temática: Neonatología 1. 2 cursos

Universidad Rey Juan Carlos — LAS CERTIFICACIONES DE ESTAS 2 ACTIVIDADES ESTÁN EXPEDIDAS POR LA UNIVERSIDAD PÚBLICA REY JUAN CARLOS

Precio conjunto de estas 2 actividades: 130 €

(incluye envío urgente del material)

- ✓ CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN PATOLOGÍA GESTACIONAL, RECIÉN NACIDO E INFECCIONES NEONATALES — 210 horas
- ✓ COMPLICACIONES EN EL PARTO Y ASISTENCIA ENFERMERA DEL RECIÉN NACIDO — 230 horas

Descárgate nuestra aplicación para tu dispositivo Iphone, Ipad y Android

A distancia — Temática: Politraumatizado. 2 cursos

Universidad Rey Juan Carlos — LAS CERTIFICACIONES DE ESTAS 2 ACTIVIDADES ESTÁN EXPEDIDAS POR LA UNIVERSIDAD PÚBLICA REY JUAN CARLOS

Precio conjunto de estas 2 actividades: 125 €

(incluye envío urgente del material)

- ✓ ATENCIÓN INICIAL AL PACIENTE POLITRAUMATIZADO — 200 horas
- ✓ ACTUACIÓN DE ENFERMERÍA ANTE LOS PRINCIPALES TRAUMATISMOS DE UN POLITRAUMATIZADO — 200 horas

Promoción válida desde el 6 de enero hasta el 23 de marzo de 2014 (ambos inclusive)

LAS ACTIVIDADES DE ESTAS PÁGINAS ESTÁN ACREDITADAS POR LA COMISIÓN DE FORMACIÓN CONTINUADA DE LAS PROFESIONES SANITARIAS DE LA COMUNIDAD DE MADRID (SNS) O POR LA UNIVERSIDAD PÚBLICA REY JUAN CARLOS

Todas las actividades aquí expuestas son de enseñanza no reglada y sin carácter oficial, careciendo de valor académico. Si deseas consultar fechas de realización, números de expedientes o contenidos temáticos puedes hacerlo en: www.logoss.net

SOLICITA YA GRATUITAMENTE Y SIN COMPROMISO NUESTRO CATÁLOGO COMPLETO DE CURSOS, EL CUAL INCLUYE LA FORMA DE MATRICULARSE, OFERTAS Y PROMOCIONES O DESCÁRGATELO EN: www.logoss.net

OBSEQUIOS:

- MATRICULÁNDOTE EN EL BLOQUE DE **POLITRAUMATIZADO**, RECIBIRÁS DE REGALO: **PULSIOXÍMETRO Y MINI MP3**.
- MATRICULÁNDOTE EN EL BLOQUE DE **NEONATOLOGÍA 1**, RECIBIRÁS DE REGALO: **PULSIOXÍMETRO, CADENA, TIJERAS Y MINI MP3**.
- MATRICULÁNDOTE EN EL BLOQUE DE **EMERGENCIAS**, RECIBIRÁS DE REGALO: **MOCHILA DE URGENCIAS**.
- MATRICULÁNDOTE EN EL BLOQUE DE **CATÁSTROFES**, RECIBIRÁS DE REGALO: **ALTAVOZ PORTÁTIL Y PENDRIVE USB DE 8 GB**.

PARA TODOS LOS CURSOS UN PACK O UNIDAD DE REGALO POR ALUMNO. REGALOS NO ACUMULABLES. OFERTAS VÁLIDAS PARA AQUELLAS MATRÍCULAS QUE FORMALICEN EL PAGO ENTRE EL 8 DE ENERO Y EL 23 DE MARZO DE 2014 (AMBOS INCLUSIVE) O FIN DE EXISTENCIAS.

Fallo de los Concursos XII de Fotografía y XI de Narrativa Corta y Cuentos

Primer Premio Concurso de Fotografía.
Tema Científico Sanitario.
Precisión Terapéutica.
FRANCISCO CALVO SÁNCHEZ

Segundo Premio Concurso de Fotografía.
Tema Científico Sanitario.
Calor humano, mejor sin guantes
BEATRIZ CASTAÑOSA ESTEBAN

Tercer Premio Concurso de Fotografía.
Tema Científico Sanitario.
La Pilarica, siempre presente.
ANA MARTÍNEZ IBÁÑEZ

Primer Premio Concurso de Fotografía.
Tema Libre.
Capturando la libertad.
ANA ISABEL BADESA PEÑA

Segundo Premio Concurso de Fotografía.
Tema Libre.
Camino por recorrer.
ANTONIO CASADO HERNÁNDEZ

Tercer Premio Concurso de Fotografía.
Tema Libre.
Explorando.
ANA MARTÍNEZ IBÁÑEZ

XI Concurso de Narrativa Corta y Cuentos

■ Categoría Adultos

PRIMER PREMIO
La Casa del vigía,
de Esther Fajardo Trasobares.

SEGUNDO PREMIO
Alma,
de Natalia Puchán Lázaro.

TERCER PREMIO
No me dejes ir sin antes decirte adiós,
de Julia Martínez Olite.

■ Categoría Infantil

Declarado desierto. No se ha presentado ningún trabajo.

Premio Científico de Enfermería 2013

PRIMER PREMIO
Dotado con 1.200 euros:
Begoña Pellicer García.
Trabajo titulado: *Caídas en ancianos válidos institucionalizados, prevalencia y factores asociados.*

ACCÉSIT
Dotado con 600 euros:
Elena Ibáñez Benito.
Trabajo titulado: *Correlación ente derivaciones desde Atención Primaria y el diagnóstico en Centro de Salud Mental Infanto-Juvenil (CSMIJ).*

Homenaje municipal a la Matrona

María Ángeles Checa Díez

«Por su labor social de integración en el barrio»

Fotos: © Fco. Núñez Arcos

Una propuesta de la Junta de Vecinos del Barrio Jesús ha propiciado un Homenaje a la matrona Mª Ángeles Checa Díez, matrona del Centro de Salud Arrabal.

El Homenaje ha tenido lugar en el Centro Cívico Estación del Norte el pasado 19 de diciembre y a la homenajeada se le ha encuadrado en el apartado Mérito Profesional, justificado *«Por su labor social de integración en el barrio»*.

La concejala de Cultura del Ayuntamiento de Zaragoza, Lola Ranera se ha dirigido al público que llenaba el recinto de la antigua Estación del Norte, y al referirse a Mª Ángeles, ha destacado la importante labor que ha desempeñado en su permanencia en el Centro de Salud, teniendo palabras de elogio tanto a su trayectoria profesional como a su destacada participación en la vida del Barrio, en el que ha desarrollado una gran parte de su tarea como matrona. María Ángeles ha estado acompañada por su familia, compañeras y amigas. ■

María Ángeles Checa y Lola Ranera.

María Ángeles con Lola Ranera, Belén Val, Vocal Matronas del Colegio y María Aller, compañera matrona (derecha).

TELÉFONO AZUL
DE LA ENFERMERÍA ESPAÑOLA
Las 24 horas del día los 365 días del año
902 50 000
Un teléfono azul para la enfermería

El helicóptero del 112, a la Base Aérea de Zaragoza

© Fco. Núñez Arcos

El servicio del Helicóptero Agusta-Bell Power-109, uno de los dos helicópteros de que dispone el Servicio Aéreo de Transporte Sanitario y Emergencias del 112, con sede en nuestra ciudad, traslada su lugar de operaciones a las instalaciones de la Base Aérea de Zaragoza.

Así se ha establecido en el acuerdo de colaboración firmado por la consejería de Política Territorial e Interior del Gobierno de Aragón y el Ejército del Aire español, que establece una cesión por un periodo de duración de 5 años, prorrogables hasta 75 años. Este cambio de ubicación permitirá, por una parte, obtener un importante ahorro de costes y optimizar los recursos públicos disponibles, a la vez que concentrar el material y las operaciones que Protección Civil realiza, y por otra que el Ministerio de Defensa ofrezca una mayor apertura de las instalaciones a la sociedad civil y preste un servicio más cercano a la población. La tripulación del helicóptero está compuesta por piloto, mecánico de vuelo, médico y Enfermero y es activado desde el Centro Coordinador de emergencias 112 SOS Aragón, adscrito a la Dirección General de Interior del Departamento de Política Territorial e Interior, entidad que moviliza los recursos y efectivos precisos ante las distintas emergencias que se generan.

Los vuelos con mayoría de traslados se han producido por causas de enfermedad, seguidos por los accidentes de tráfico. En menor medida se han atendido accidentes deportivos. La característica más acusada, en los vuelos realizados por los helicópteros del 112 es que el domingo es el día de mayor utilización y casi la tercera parte de los trescientos servicios realizados en el año 2013 se han hecho desde Zaragoza.■

GRUPO DE INVESTIGACIÓN AURORA MAS

II Reunión Internacional de Investigación en Enfermería – VII Forandalus

El Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza acoge en sus instalaciones la **II Reunión Internacional de Enfermería – VII Forandalus del Grupo de Investigación Aurora Mas.** En las fechas señaladas para este evento Internacional, 30 y 31 de mayo, los Comités Organizador y Científico exponen su deseo de seguir avanzando en el conocimiento de los cuidados invisibles como imprescindible para la calidad de vida de las personas dolientes y enfermas así como de sus familiares; y también para apoyar a que escolares, adolescentes y jóvenes sean cada día más cuidadosos consigo mismos, con los demás y con el medio ambiente.

El programa gira en torno a **Cuidados Invisibles** y **Calidad de Vida.** Así, en las Secciones temáticas Especializadas se tratarán, tanto las Nuevas Investigaciones en cuidados invisibles, el Género, Coste y las Fuentes de la Historia, como los Cuidados Compartidos, familia y profesionales.

El plazo límite para la presentación de propuestas es el 20 de marzo de 2014 y toda la información puede encontrarse en **www.index-f.com** y en **www.unizar.es/auroramas**

Asamblea General Ordinaria. Zaragoza, 30 de enero de 2014. Informe de 2013

Francisco Núñez Arcos/Redactor Jefe
Presentación Powerpoint, Gabinete de Prensa/FNA

La Asamblea General Ordinaria 2013 se ha desarrollado en el Salón de Actos «Don Ángel Andía Leza» del Colegio de Enfermería de Zaragoza, en la fecha establecida, 30 de enero. Han asistido a la misma, controlados reglamentariamente, un total de 103 colegiados de Zaragoza y su provincia.

En algo más de dos horas se han desarrollado todos los puntos del Orden del Día, en los que han jugado un papel importante, tanto el examen y votación de los Presupuestos de los Ejercicios 2013 y 2014, como el Informe del Presidente, Juan José Porcar, una Memoria anual en la que ha hecho una breve exposición de las actividades que se han realizado a lo largo del año pasado, –apoyándose en una proyección en power point– y que reproducimos, completa, en estas páginas.

Aspecto del Salón de Actos en la Asamblea.

Foto: Vanessa Gabarre

Foto: Vanessa Gabarre

Presidente, vicepresidente, secretario, asesor jurídico y auditor en la mesa presidencial.

En distintos momentos de la Asamblea y en el punto Ruegos y Preguntas se ha producido una participación activa de los colegiados asistentes, solicitándose aclaraciones en algunos puntos del Orden del Día, con énfasis en el desarrollo de algunas de las partidas presupuestarias, que han sido atendidas y respondidas por miembros de la Junta de Gobierno colegial o por personal técnico cualificado asistente a la Asamblea.

Como resumen, han sido aprobados, el Acta de la Asamblea anterior con 101 votos a favor y 2 abstenciones y la Liquidación del Presupuesto anual del Ejercicio de 2013 con 90 votos a favor, 13 abstenciones y ningún voto en contra. De igual manera y tras su examen por los asamblearios, el Presupuesto presentado por la Comisión Ejecutiva para el año 2014 ha sido aprobado por mayoría, resultando la votación 20 votos en contra, 2 abstenciones y 81 favorables. El Presupuesto colegial para el Ejercicio 2014 es de 1.495.100 euros.

Informe del presidente. Memoria anual

Buenas tardes, bienvenidos.

Cumpliendo el segundo Punto del Orden del Día de esta Asamblea, voy a hacer una breve exposición de los actos y acciones que hemos llevado a cabo en el año 2013 que acaba de finalizar.

Todas las acciones que hemos realizado este año cuentan con la aprobación unánime y el apoyo de la Junta de Gobierno que elegisteis el año 2010.

Trabajamos en esta vuestra **Sede Colegial,** en la que como veremos más tarde se desarrolla una importante actividad durante todo el año. Destaco el apoyo de la **Delegación de Calatayud** que gestiona con la eficacia habitual el vicepresidente Vicente Luis Moreno, que además representa al Colegio con la frecuencia necesaria en los actos en los que por distintos motivos no puedo asistir como presidente. Nuestra relación con el Hospital Ernest Lluch y los Centros de Salud de la Zona son excelentes gracias a su buen hacer.

La semana pasada hemos suscrito una **nueva póliza** con AMA. Dentro de unos días todos tendréis en vuestro domicilio una copia de las condiciones completas de esta nueva póliza. También hemos firmado un Convenio de seguro para automóviles, con ventajas para los colegiados. AMA compensa al Colegio con 12.000 euros para Premios, cursos o actividades de formación.

La copia de la Póliza, estará también colgada en la **página web del Colegio.** Como puede verse en los datos que nos facilitan los expertos que la controlan, es bastante visitada: casi siete millones de accesos y más de dos millones de páginas vistas con una media de más de siete mil páginas vistas por día. Son cifras desde enero hasta noviembre de 2013.

Aunque las nuevas tecnologías van ganando cada vez más terreno a las tradicionales, seguimos teniendo una **biblioteca** totalmente actualizada que hoy tiene 4.200 volúmenes y 5.500 revistas especializadas, además de ordenadores con conexión a internet, que ciertamente son cada vez menos utilizados. Todo está a disposición de los colegiados y sus familiares directos.

Asisto como representante de la enfermería zaragozana a todas aquellas reuniones o actividades a las que el Colegio es invitado, tanto nacionales, como autonómicas o locales. Como muestra, un acto en Zaragoza al que asiste la Ministra de Sanidad, o el **60 Aniversario del Hospital San Juan de Dios**.

Y también hemos asistido a la entrega de los premios anuales de la **Asociación de Colegios Profesionales de Aragón,** de cuya Junta Directiva formo parte como Vocal.

En el ámbito nacional, el pasado mes de diciembre ha tenido lugar la **Asamblea Anual de presidentes de Colegios en el Consejo General de Colegios de Enfermería de España.** En ella se ha destacado la situación crítica y afrontado los problemas más importantes de la Enfermería española en el momento actual. Los enumero.

El Paro afecta hoy a casi 30.000 profesionales en España. No os aburro con datos, en Aragón estamos ligeramente por debajo de la media nacional. En pantalla las edades de la Enfermería española.

Hay en Aragón 630 profesionales de Enfermería por cada 100.000 habitantes, estamos lejos de los 728 que tiene Navarra y muy lejos de los 376 de Murcia, pero ligeramente por encima de la media nacional que está en 577. El paro en un tema laboral y sindical que se trata en la Mesa Sectorial en la que el Colegio no está representado. Destaco que el 84% de los profesionales de enfermería españoles son mujeres.

El Consejo General ha creado una plataforma, **Euronursing,** desde la que se asesora y apoya a las enfermeras que desean salir al extranjero, facilitándoles la gestión y controlando las condiciones para evitar problemas con los contratos.

Especialidades: De las aprobadas, están sin desarrollar por la vía excepcional Pediatría y Comunitaria. Desarrolladas, Matronas, Salud Mental, Enfermería del Trabajo y Geriatría, y aún está pendiente la Médico Quirúrgica. Aún no está regulada la **Prescripción Enfermera,** la publicación en el BOE sufre un retraso injustificado e intolerable. Entre las Resoluciones, Estrategias y Acciones a llevar a cabo acordadas, destaco la firma de un **Pacto por la Sanidad** y acuerdos puntuales llevados a cabo por el Consejo General con el Ministerio de Sanidad y los Sindicatos.

Siguiendo las tendencias de las **nuevas tecnologías,** el Consejo General ha dejado de publicar en papel la revista nacional Enfermería Facultativa. Hay una Plataforma digital, Infoenfermería, en la que se alojan todas las publicaciones del Consejo y los Colegios Provinciales y en la que podrá leerse, gratis, en el ordenador o tablet, la revista científica del CIE y más de 50 revistas de todo tipo –información, salud, motor, moda, etc–. Solo hay que darse de alta en las páginas que hay en la pantalla ***www.infoenfermeria.com*** o ***www.enfermundi.com***.También hay en Infoenfermería un Canal de Televisión, **Canal Enfermero,** con programas diseñados por y para la profesión, con información en tiempo real. Nosotros estamos estudiando el cambio de la publicación de las revistas colegiales de papel a digital, que ya hemos aplicado en el caso del último número de la revista científica Cuidando la Salud.

Es en esta Asamblea del Consejo en la que se aprueba la fijación de la **cuota homogénea** de la Organización Colegial de Enfermería de España, por colegiado y mes, para el ejercicio económico de cada año y se fijan las aportaciones de los Colegios provinciales para el ejercicio correspondiente.

Dentro del panorama autonómico, provincial y local, mantenemos un contacto profesional permanente y fluido con todos los Hospitales, Centros de Salud, la Consejería, el Gobierno de Aragón y las Universidades de Zaragoza y San Jorge. El Colegio ha estado presente en la mayor parte de los actos que se han celebrado con protagonismo o participación de la enfermería, bien representado por mí, por el vicepresidente o por alguno de los miembros de la Junta de Gobierno. En muchos de los casos he estimado la presencia del Asesor de Prensa del Colegio, bien para cubrirlo para nuestras revistas o aquellas otras en las que colabora, o bien para atender a los medios de comunicación que se interesan por entrevistarme o recabar algún tipo de información.

Asistí, como invitado, a la charla del consejero Ricardo Oliván, en el Ciclo de Conferencias sobre **La Calidad del Sistema Nacional de Salud,** que organizan en Madrid, conjuntamente, el Grupo Previsión Sanitaria Nacional y la Fundación Ad Qualitatem.

La **Comisión de Ética y Deontología** sigue muy activa, desarrollando las funciones asignadas.

Además de emitir sus informes sobre cuestiones éticas cuando se le solicitan, y publica habitualmente en la revista colegial **Noticias de Enfermería.**

La **Comisión Científica** desarrolla su trabajo en la materia que le corresponde colaborando además muy activamente en los jurados de los Premios Científico de Enfermería y de Investigación Enfermera «Don Ángel Andía Leza» y en la publicación Cuidando la Salud.

Representando al Colegio, el vocal Ricardo Villarroya ha asistido a la **Graduación** de la segunda Promoción de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza, en la que también un grupo de Diplomados ha finalizado el Curso de Transformación para Graduarse. También se han graduado los alumnos de la primera Promoción de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad San Jorge.

Es fundamental el trabajo de las Vocalías. La de **Matronas** de la que es titular Belén Val, organiza cada año la Jornada Científica con las EIR,s y distintas actividades con la Asociación Científica de Matronas, celebrando también su festividad, la Visitación de la Santísima Virgen.

El Colegio estuvo en la entrega de los Diplomas de la Unidad Docente de Matronas de Aragón, y representado por la vocal en su Congreso Nacional, aquí en Zaragoza, en el que se entregaron los premios que patrocinaba el Colegio y en el que la presidenta de Aragón, Sofía Gotor, ha sido homenajeada. También recientemente se ha hecho un homenaje municipal a otra matrona, María Angeles Checa.

Inmaculada Marco y su Vocalía de **Salud Mental** se muestran muy activas, trabajando por la integración. Tanto los componentes de la Unidad Docente como los de la Asociación de Enfermeros Especialistas de Salud Mental programan una intensa actividad, muy interesante y original.

Asun Andía, aporta su granito de arena desde su Vocalía para que la Especialidad de **Enfermería del Trabajo** siga creciendo y para ello desde la Asociación Aragonesa siguen programando actividades formativas y publicando sus experiencias. Este año la Asociación ha celebrado distintas Jornadas en el Colegio.

La Junta Nacional de la Federación Española de Especialistas en Enfermería del Trabajo ha celebrado una reunión aquí, a la que han asistido, además de la Junta de Aragón, representantes de Asturias, Cantabria, Barcelona y Lérida.

La Vocalía de **Pediatría** tiene en Blanca Giménez como su valedora en el Colegio. Apoya la Unidad Docente de Pediatría, y representando al Colegio forma parte y colabora con el Observatorio Aragonés de Violencia de Género. Participa en la revisión de la memoria del Grado de Enfermería en la Universidad de Zaragoza y asiste a las reuniones del Consejo de Salud de Aragón.

Poco a poco se va haciendo un hueco la Especialidad **Familiar y Comunitaria** a la que desde el Colegio se le presta el adecuado apoyo desde la Vocalía de la que es titular Ricardo Villarroya. Su campo de acción es tan extenso como lo es la provincia de Zaragoza. Ricardo asiste a las reuniones relativas a su vocalía a las que se le cita en el Gobierno de Aragón.

No descubro nada al expresar la importancia de la adecuada formación y experiencia en **Urgencias y Emergencias.** La Vocalía que gestiona Emmanuel Echániz es consciente de ello, y junto a la Asociación de Enfermería de Urgencias y Emergencias de Aragón están por la labor. Este año han desarrollado una importante actividad en acciones solidarias con la ONG ADUYA, sobre todo en Latinoamérica.

Las actividades de la Vocalía de **Docencia,** que lleva Ani Longares, son las que más se dejan ver en las aulas del Colegio. Este año se han programado Cursos, Talleres y Conferencias demandados por los colegiados.

Aquí puede verse la estadística de las **Pruebas Selectivas de EIR** del Curso 2012-2013. Muchas de las que las superaron son de Zaragoza y se prepararon aquí.

También se han hecho cursos de Preparación de Oposiciones, EIR y Acceso a Especialidades. Pasaron por nuestras Aulas **más de 1.000 alumnos colegiados**, concretamente 1.055.

En la **Asesoría Jurídica,** Juan Carlos Campo y Paula Hormigón han desarrollado eficazmente su actividad habitual, incrementada un 30 % en los dos últimos años. Han atendido más de 750 visitas, consultas y correos electrónicos. Las actuaciones judiciales por responsabilidad civil sanitaria han sido dos procedimientos abreviados, uno ya finalizado con resultado satisfactorio, al ser sobreseídas las actuaciones. Por agresiones físicas, tres sentencias estimatorias favorables

a la enfermera agredida y dos aperturas de juicio oral, hoy en trámite. Han intervenido en más de treinta recursos contencioso-administrativos y en ejecuciones de sentencia estimatorias, así como en cinco procedimientos ante la jurisdicción social. Además, se han formulado 95 recursos de alzada y reposición, y se participa, como Vocalía, en la Comisión Autonómica de publicidad sanitaria y elaborado Dictámenes informando Proposiciones de Leyes y otros textos de carácter normativo del Salud y del Gobierno de Aragón. En cada número de Noticias de Enfermería publican información sobre las cuestiones más consultadas por los colegiados.

La **Asesoría Fiscal y Tributaria** que dirige Jesús Fernández, sigue al servicio de los colegiados. Ha atendido a 215 en su despacho, con diversas cuestiones relativas a su asesoría: IRPF, Nóminas, Jubilaciones, etc.

El **Asesor de Prensa,** Francisco Núñez, ha cumplido puntualmente con su función. Además de acompañarme a los actos para los que se le ha requerido, desde el Gabinete se han emitido Notas de Prensa de todos los actos colegiales o apoyados por el Colegio. El Colegio ha estado presente en todos los medios de comunicación locales, tanto prensa, como radio y televisión. En distintas ocasiones durante todo el año, el Asesor de Prensa ha acompañado a los diferentes colegiados que han intervenido como invitados en programas de distintas cadenas de radio o de televisión, o en entrevistas en prensa. Como presidente y con su asesoría, he tenido ocasión de intervenir en distintos programas de radio o televisión y responder a preguntas de los medios en múltiples ocasiones. También se han publicado las revistas programadas de **Noticias de Enfermería** y **Cuidando la Salud,** de las que es Director Técnico. De la misma manera ha colaborado con temas colegiales en otras publicaciones: *Diario Enfermero,* en las revistas *Enfermería Facultativa, NEXO* –Asociación Española Contra el Cáncer–, *COPA,*– Colegios Profesionales de Aragón–, AMA, PSN, etc. El Asesor de Prensa es el responsable de proyectar una imagen positiva de la enfermería y creo que lo consigue: **La Enfermería y el Colegio tienen buena prensa entre los ciudadanos.**

Como cada año, los **Nuevos Colegiados** han hecho el Juramento Deontológico que les vincula y compromete con la profesión.

En un terreno cultural y lúdico, la **Comisión de Acción Social** organiza y desarrolla cada año el Día de la Familia de la Enfermería en el Parque de Atracciones, que tiene un notable éxito, los actos de la festividad de San Juan de Dios y la entrega del Premio de Investigación «Don Ángel Andía Leza» y accésit, el Premio Científico de Enfermería, las Becas y los Concursos de Fotografía y Narrativa.

Asisten a la Cena de Hermandad las primeras autoridades sanitarias y en ella hemos entregado la Insignia Colegial de Oro y Brillantes a Purificación Vidal y hemos homenajeado a los Jubilados del año pasado.

También hemos hecho, en el Palacio de la antigua Capitanía de Aragón, un homenaje a la Enfermería Militar y de los Cuerpos de Seguridad del Estado, al que asistieron la Presidenta del Gobierno de Aragón y las primeras autoridades civiles y castrenses sanitarias, nacionales y locales.

Son muy importantes las **Secciones y Asociaciones** del Colegio. La de **Enfermería Naturista,** SEN, ha desarrollado más de 150 actividades dentro y fuera de la Sede Colegial, colaborando con otros colegios oficiales y asociaciones de Zaragoza, Barcelona, Mallorca y Alicante, creando también la Asociación de Enfermería Naturista de Aragón.

La **Asociación de Jubilados de Enfermería** se muestra especialmente activa, se reúnen cada mes y organizan múltiples Charlas y Visitas Culturales. Por otra parte el Grupo Aragonés de Investigación en Intervenciones de Enfermería con Heridas **GRUPARIS**, también organiza Charlas y Talleres en colaboración con profesionales expertos y laboratorios.

En **Prestaciones Sociales** hemos entregado 17.400 euros en Nacimientos, 6.800 en Matrimonios y 1.000 en Defunciones, con un total superior a los 25.000 euros, que sumados a los más de 30.000 de las Becas y los distintos Premios, suponen un desembolso total de más de 55.000 euros. En pantalla, el detalle de todas las Prestaciones.

El Colegio ha renovado sus distintos **Convenios de Colaboración** y firmado algunos nuevos que se suman a los que ya tenemos con otras entidades e instituciones, mejorando en algunos casos las condiciones y ventajas de los mismos para los colegiados.

Como hacemos cada año, este Curso hemos presentado el Colegio y sus servicios a los alumnos de cuarto Curso de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza. También presentamos aquí el libro que ha publicado la enfermera Maribel Riezu y asistido, como invitados, a distintos Congresos y Jornadas, el de Radiología o el Nacional de Oncología, las del Foro ADENYD, la de Órganos y Tejidos o la de Heridas en el Hospital General de la Defensa, que en una buena parte de los casos apoyamos desde el Colegio con premios a pósters o comunicaciones.

Nos desplazamos a Madrid, a la Universidad Europea, para asistir a la lectura de la Tesis Doctoral de nuestro compañero Raúl Juárez y a las Bodas de Plata de la Promoción que las ha celebrado este año. Nuestro vicepresidente, Vicente Luis Moreno, ha asistido a las Bodas de Oro de la Promoción 62-63 y a la entrega del Premio Elena Escanero, en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.

Una satisfacción especial ha supuesto para mí, recoger el Premio Extraordinario Ramón y Cajal que me ha concedido el Hospital General de la Defensa de Zaragoza, entregado por la Presidenta del Gobierno de Aragón, Luisa Fernanda Rudi.

Antes de terminar esta exposición quiero dejar constancia de mi agradecimiento a todos los componentes de la Junta de Gobierno que presido, a los Asesores Jurídicos, Juan Carlos Campo y Paula Hormigón, al Asesor Fiscal Jesús Fernández, al Asesor de Prensa Francisco Núñez y al personal administrativo por su apoyo y dedicación. La aportación profesional de todos ellos es fundamental para el funcionamiento, con transparencia y eficacia, de este Colegio de Enfermería.

Para finalizar y aunque ahora se expondrá en la presentación de los presupuestos, confirmo que, por cuarto año consecutivo, no habrá incremento de la Cuota Colegial para el año 2014 que ahora comienza.

Nada más, muchas Gracias, pasamos al siguiente punto del Orden del Día.

La Unidad de Corta Estancia de Psiquiatría Infanto-Juvenil del Clínico, a pleno rendimiento

Entrevista a José Manuel Lobán Iza, Coordinador de Enfermería de la Unidad

Inmaculada Marco Arnau.
Enfermera Especialista de Salud Mental y Socióloga.

La tan esperada Unidad de Hospitalización breve para niños y adolescentes con problemas de salud mental, –Unidad de Corta Estancia de Psiquiatría infantojuvenil, sita en el Hospital Clínico Lozano Blesa de Zaragoza–, integrada en el Servicio de Psiquiatría de dicho hospital, está a pleno rendimiento, transcurridos siete meses desde su inauguración. La prensa aragonesa se ha hecho eco de esta buena noticia para la asistencia psiquiátrica de nuestra Comunidad.

La Unidad de Corta Estancia viene a cubrir un hueco importante en el desarrollo de la red de recursos sanitarios para la asistencia psiquiátrica de una población tan vulnerable como son los niños y adolescentes. Se trata de una Unidad de Hospitalización por lo que son los profesionales de enfermería quienes llevan el peso de la atención y los cuidados durante las 24 horas del día.

Su labor es tan delicada como trascendente. Para explicarla, hemos pedido a José Manuel Lobán, el Coordinador de Enfermería que nos presente el servicio y su experiencia en él, así como que precise con qué carencias se ha encontrado al hacerse cargo de su coordinación.

José Manuel es enfermero Especialista de Salud Mental, su larga trayectoria profesional ha discurrido por numerosos servicios, casi todos de la red de Salud Mental, por lo que es un privilegio poder contar con su experiencia y conocimientos. Si algo caracteriza a José Manuel es su profesionalidad y entusiasmo, es un referente para nuestra especialidad, con la que siempre colabora de forma altruista.

Le preguntamos,

Inmaculada Marco entrevista a José Manuel Lobán.

© Fco. Núñez Arcos

¿Desde cuándo está en marcha esta Unidad y cómo se encuadra en relación a otros dispositivos de atención psiquiátrica para la población infantojuvenil en Aragón?

– Se trata de un recurso largamente demandado que por fin vio la luz en mayo del año pasado, poniéndose en marcha tras los esfuerzos e insistencia de la sección de Psiquiatría Infantil, que con el Dr. Velilla al frente, hoy jubilado, y otros colaboradores, han conseguido que este proyecto vea la luz aún en medio de este tiempo de precariedad y crisis económica.

Hay que recordar que hasta ahora los ingresos hospitalarios de menores se hacían en la Unidad de Pediatría, si se trataba de problemas relacionados con trastornos de la conducta alimentaria o en la Unidad de Psiquiatría de adultos, en unas condiciones nada favorecedoras, si se trataba de problemas conductuales graves y/o desbordamiento familiar.

Se trata de la única Unidad de referencia para toda la Comunidad Autónoma de Aragón. Cumpliendo unos escrupulosos criterios de ingreso, los menores a ingresar pueden ser propuestos desde las consultas de salud mental infantojuvenil, Centro de Reforma de Menores y otras instituciones públicas, siempre con la pertinente valoración mental.

Por el momento contamos con seis camas, con la aspiración de ampliar en función de necesidades y condiciones (más camas hospitalarias, Hospital de día…).

Se ha extremado el cuidado sobre aspectos como la seguridad de las instalaciones y la legalidad de todas las intervenciones, siendo cautelosos para evitar riesgos ambientales y ofrecer una información pormenorizada a los padres o responsables de los pacientes ingresados.

¿Qué problemática presentan los chicos y chicas que ingresan en la unidad?

– La tipología de pacientes es variable: por un lado menores con trastornos de la conducta alimentaria, del control de los impulsos, primeros episodios psicóticos a estudio, trastornos del estado de ánimo, trastornos del espectro autista, trastornos de conducta disocial…

También atendemos por la mañana a pacientes con Trastornos de la Conducta Alimentaria ingresados en la Unidad de Pediatría, que acuden a nuestra Unidad para mantener la escolarización en el aula de la que se responsabiliza un profesor de secundaria dependiente del Ministerio de Educación y Ciencia. Se aprovecha para hacerles seguimiento por parte de Psiquiatría y ofrecerles psicoeducación por parte de nuestra enfermería especializada en Salud Mental.

¿Cuál es el planteamiento sobre lo que tiene que ser una Unidad de este tipo?

– Somos ambiciosos, aún reconociendo que andamos muy escasos de personal, nos planteamos una amplia y rica gama de intervenciones: hacer valoraciones personalizadas de los casos, observar síntomas relatados y reales, normalizar ritmos de vida, dar significado a los síntomas y conductas de los menores, contener conductas disruptivas, ofrecernos como modelo, estímulo y corrección, además de dar información y entrenamiento en habilidades para mejorar las capacidades de afrontamiento.

¿Con qué recursos cuenta la Unidad?

– La Unidad tiene capacidad para seis menores ingresados, hay dos habitaciones dobles, dos individuales y una para tiempo fuera o para contención mecánica.

Además hay un comedor con TV (dicho sea de paso, que se usa muy poco) y una sala de actividades.

En cuanto a recursos humanos directos: una psiquiatra, cinco enfermeras especialistas en salud mental, seis auxiliares de enfermería /Tcae, seis celadores y un profesor de enseñanza secundaria. Se trabaja también en coordinación con el Servicio de Pediatría.

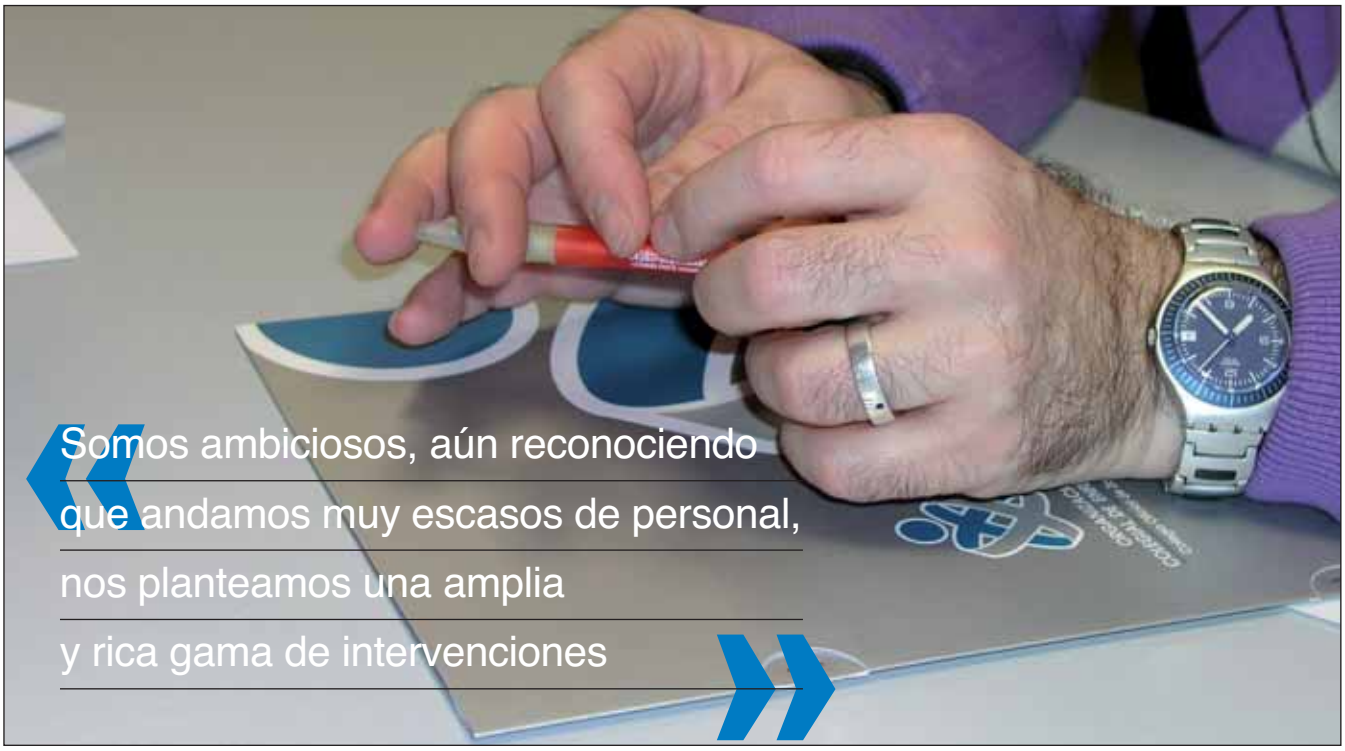
Volviendo a los recursos materiales, poco a poco esperamos aumentar la dotación de material de entretenimiento y sobre todo recursos de apoyo pedagógicos y terapéuticos (diferentes test de valoración, colchonetas, pelotas, proyector, juegos…). En cuanto a los profesionales, sólo tengo palabras de admiración y agradecimiento ante su disposición y gran capacidad de trabajo y profesionalidad, están dando más del cien por cien en unas condiciones de muchas demandas y escasos recursos.

¿Qué nos puedes decir sobre el papel específico de la enfermería Especialista en Salud Mental en la atención a la población infanto juvenil?

– Yo creo que se trata de un campo de trabajo muy bonito que como todo, requiere de unos conocimientos específicos, sobre todo en cuanto a las etapas de desarrollo y crecimiento de las personas. Me gusta porque aunque tenemos incluso *«pacientes ya conocidos que vuelven a ingresar»*, el concepto de cronicidad no está para nada instaurado, a diferencia de la población adulta. Cualquier intervención con un menor va a marcarle en su continuum de crecimiento y de formación de su personalidad que no está hecha o cerrada del todo, por decirlo de alguna manera.

Por otro lado, trabajar con menores es inseparable de trabajar con sus padres o núcleo familiar cercano, lo que aumenta la complejidad, pero abre el horizonte de intervención.

Como he referido antes, además de observar y limitar conductas inadecuadas, estamos para dar significado a lo que les ocurre y que a veces, no saben interpretar bien debido a cogniciones erróneas o a falta de referencias por su corta trayectoria vital; y sobre todo no olvidamos la función de modelaje de conductas y hábitos: higiene, habilidades de relación interpersonal, actitud y comportamiento ante la comida, reparto de intereses y dedicaciones, normalizando ritmos: hemos atendido a un menor que pasaba once horas diarias al ordenador y en la Unidad no nos ha pedido ni una vez aislarse para ver la tele o chatear.



© Fco. Núñez Arcos

¿Cómo es el día a día?

– El punto de partida es la normalización y equilibrio de dinámicas y actividades diarias. Evitamos el aislamiento en la habitación y el día a día obliga a constante interacción grupal.

Por otro lado, fomentamos la autorresponsabilización y los autocuidados, evitando la suplencia y la dependencia.

Damos importancia a los momentos de las ingestas, polarizados por las necesidades específicas de pacientes con trastornos de la conducta alimentaria, así que en el comedor mantenemos normas más estrictas en cuanto a comer todo lo presentado, acotar el tiempo dedicado a cada plato, mantener reposo tras cada comida…

Por las mañanas tenemos las higienes y arreglo del cuarto; después dos horas de clase, la hora de psicoeducación impartida por enfermería y las comidas mientras, son valorados por los diferentes profesionales encargados de cada caso. Al final de la mañana regresan algunos pacientes que progresivamente se van reintegrando en sus centros educativos habituales y han asistido a sus clases.

Las tardes conllevan las visitas de familiares, o los permisos de salida a la calle; y por la noche el descanso con alguna dinámica favorecedora de la relajación y el sueño.

Explícanos aunque sea someramente, cómo es la experiencia del trabajo en equipo.

– El campo en el que nos movemos y la forma en la que queremos trabajar llevan inherente la necesidad del trabajo en equipo con comunicación fluida entre todos los miembros, desde médicos a celadores. El trabajo de cada estamento es importante y además crecemos en valor terapéutico si todos manejamos y enviamos los mismos mensajes concretos que cada paciente necesita, según su caso.

Todos intentamos participar en los cambios de turno. También hacemos una sesión semanal sobre algún caso revisado en profundidad, incluyendo al profesor; y mantenemos sesiones de coordinación con pediatras y enfermeras de Pediatría. Respecto a estas últimas, reconocer que es muy enriquecedor porque aprendemos de su saber hacer durante tantos años que se han dedicado a las pacientes con trastorno de la conducta alimentaria, a ellas nuestro reconocimiento. Por su parte, agradecen y están muy abiertas a intercambiar y recibir también aportaciones desde la perspectiva de la enfermería especializada en salud mental. Me siento orgulloso y es un ejemplo más de la riqueza suscitada en el encuentro entre diferentes profesionales y campos distintos.

¿Tenéis formación o Colaboración docente?

– Desde casi la puesta en marcha de la Unidad recibimos MIR de psiquiatría, EIR de salud mental, estudiantes de Grado de medicina y de enfermería y auxiliares de enfermería en prácticas. También acuden a actividades específicas las EIR de pediatría.

En general se les integra pronto y participan de forma activa en las diferentes actividades; valorando positivamente la peculiaridad de este servicio.

Muchas gracias José Manuel, nos sumamos a las felicitaciones a tu equipo y también a ti como coordinador. FELICIDADES.
Ya sabes, seguiremos tirando de ti.

Nueva meta para Enfermería

«Curso Sanidrogas»

Comité de Ética y Deontología

Las drogas son un signo cualificado de desintegración personal e interpersonal. Su consumo crea una dependencia que atenta contra los valores éticos más básicos: la identidad del individuo y la intercomunicación con sus semejantes. Su consumo habitual es el que plantea el problema moral en su forma más pura; se la consume de forma consciente y voluntariamente en la mayoría de los casos, aún sabiendo a priori los efectos que producen en el orden sensitivo, intelectual, vivencial, familiar, etc.

Para paliar y detectar el consumo de estas sustancias, el director general de la Federación de Ayuda contra la Drogadicción (F.A.D.), y el delegado de Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, presentaron el curso «Sanidrogas» para el colectivo de Enfermería de Atención Primaria. Dicho curso imparte los conocimientos pertinentes para que estos profesionales sean capaces de tratar de la forma más adecuada y efectiva posible los problemas derivados del consumo de tóxicos, y detectar estas situaciones con el tiempo suficiente para que la adicción no esté consolidada, procurando así evitar que los consumidores de estas sustancias sufran graves patologías que requieran una atención especializada.

Los profesionales de enfermería de A.P. están adoptando un progresivo papel de agentes activos, sobre todo en consultas, como Especialistas de Salud Comunitaria. Desde A.P. se pueden realizar una serie de intervenciones para lo que es esencial una adecuada formación que capacite a los profesionales implicados como agentes activos para la prevención y la atención de los problemas relacionados con el consumo de drogas, y deben ser objeto de formación para conseguir una mayor eficacia en los resultados de su trabajo.

Objetivos de enfermería ante la drogadicción

- Ofrecer una visión general del fenómeno del consumo de drogas.
- Valorar el impacto epidemiológico en España.
- Informar acerca de las principales sustancias tóxicas en nuestra cultura.
- Atender a las múltiples problemáticas desde el punto de vista biológico, psicológico, social y moral.

Metodología

- Diagnóstico precoz del consumidor potencial.
- Intercomunicación en consulta con el afectado o familia.
- Estrategia para implantar un proceso de counseling.
- Técnicas de derivación de casos.
- Educación para la salud desde el ámbito comunitario.
- Ofrecer pautas de actuación y apoyo ante la demanda de orientación.
- Estudiar el impacto epidemiológico.
- Consejos ético-morales.

Diagnóstico precoz, características

- Físicas: Fatiga, ojos enrojecidos y sin brillo (marihuana) o tos persistente.
- Emocionales: Cambios en la personalidad, comportamiento irresponsable y arriesgado, baja autoestima, tristeza, depresión, desinterés general, lenguaje arrastrado, ira inmotivada.
- Familiares: Riñas frecuentes, falta de comunicación, secretos excesivos.
- Sociales: Si son adolescentes, falta de motivación intelectual, estilo de vida poco convencional, amistades peligrosas, etc. y si están en edad adulta, llegar a cometer incluso acciones punibles.

Educación para la salud

- Sensibilizar a la población sin caer en alarmismos. Proporcionar información veraz sobre la drogadicción.
- Intensificar la colaboración con otros colectivos.
- Potenciar dentro de sus posibilidades los programas de prevención.
- Charlas para procurar retrasar el inicio del consumo y disminuir los problemas asociados a éste.

Counseling

- Seguimiento y derivación de patologías asociadas.
- Supervisión de fármacos.
- Control de abstinencia.
- Educación sanitaria a nivel individual o de grupo social que es el más efectivo.
- Procurar que la recuperación sea amplia e integrada.
- Abordar los temas de forma holística.
- Tener siempre una respuesta para cada necesidad y tener en cuenta la elevada y cada vez más en auge la prevalencia de la toxicomanía.

Impacto epidemiológico

En el caso del consumo de drogas la epidemiología se orienta a recoger información sobre el número de adictos o al porcentaje de personas que están en riesgo de desarrollar la adicción. Asimismo es imprescindible estudiar las características demográficas y psicosociales de los consumidores en comparación con las de no consumidores, permitiendo establecer hipótesis sobre los factores que podrían estar predisponiendo al consumo de ellas.

Edad de Inicio en la toxicomanía

La edad media del consumidor es diferente para cada sustancia. El alcohol y el tabaco se sitúan entre las que el inicio del consumo es más precoz, en torno a los 13 años. Tras ellas se sitúa el cannabis con un promedio en el inicio de los 15 años. A partir de esta edad por lo general se inician en los consumos de estimulantes como la cocaína, anfetaminas, alucinógenos y otros de síntesis como el éxtasis y otros de más reciente creación.

El consumo de drogas se halla extendido a todos los niveles de edad, este es uno de los posibles factores de riesgo pero no el único ni el más importante. Es preciso tener presente que la mayoría de los drogodependientes comienzan a edades más tempranas, manteniendo su consumo hasta desencadenar una adicción.

Es de suma importancia conocer el consumo de drogas, por frecuencia, tipo de sustancia y edad. España va en cabeza en Europa del consumo de cocaína y distribución de cannabis, mayor consumo de alcohol 76,6%, tabaco 40,2%, hipnosedantes 11,4% y también se consolida el policonsumismo.

Las clases sociales

El consumismo se halla extendido a toda la escala social, sin que exista una primacía de consumo en las personas más desfavorecidas. En las últimas décadas la drogadicción afecta de igual forma a todos los estratos sociales.

Consejos ético morales

Difundir un conocimiento exacto de lo que es el ser humano, su dignidad, su origen y el sentido de la vida.

Dar a conocer, favorecer y comentar lo que son los valores de la persona.

Especificar lo que son las virtudes humanas, amor a la verdad, libertad responsable, espíritu de servicio, sinceridad, laboriosidad, generosidad, y respeto entre otras.

Fomentar el desarrollo de los valores esenciales de la sociedad: la familia, la amistad sincera, el amor, el trabajo honesto, etc.

Favorecer las actividades deportivas, culturales y artísticas.

Conclusiones

Enfermería desea aplicar conjuntamente una terapia de prevención desintoxicación y daños físicos y psíquicos; un cuidado personal o en grupo para tratar la parte emocional del individuo, inculcarle una concienciación profunda respecto al consumo de drogas y una clara identificación de los problemas psicosociales y morales a los que conducen el abuso de sustancias nocivas.

Por eso quien se recupera de una adicción, recupera su poder. En este sentido una adicción se vuelve una gran oportunidad para identificar la verdadera fuente del vacío y emprender el camino de vuelta a la unidad que nos rodea. El camino es distinto para cada uno y es el mismo, el más famoso ***«Conócete a ti mismo»*** inscrito en las paredes del templo de Delfos.■

RESIGROUP

Centros para la tercera edad

SOTO del Canal

LAS BUGANVILLAS
RESIDENCIA 3ª EDAD

La confianza de sentirse en buenas manos

Estancias temporales

Estancias prolongadas

Respiro familiar

Estancia diurna / nocturna

Rehabilitaciones y Convalecencias

Convenio de Colaboración entre las Residencias Las Buganvillas y Soto del Canal con el Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza

En las Residencias Las Buganvillas y Soto del Canal creemos que el colectivo de Enfermería se merece el reconocimiento por el buen hacer profesional. Por eso hemos firmado un **Convenio de Colaboración**, con el que los colegiados de Zaragoza y provincia van a disfrutar de unos **exclusivos descuentos** ***extensibles a familiares directos.***

En Las Buganvillas y Soto del Canal tenemos en cuenta tanto las necesidades del mayor como las de su familia y sabemos lo importante que es darle una atención sociosanitaria de calidad. Para ello contamos con un equipo de profesionales cualificado que les trata con el mayor respeto y delicadeza.

Sólo díganos qué necesita y nos ocupamos de todo

Residencia **Las Buganvillas**
C/Gastón de Bearne, 47
CP. 50012 Zaragoza
Tel. 976 75 42 00

Residencia **Soto del Canal**
C/Marcelino Álvarez, 50
CP. 50012 Zaragoza
Tel. 976 75 74 70

www.resigroup.com **info@resigroup.com**

Asociación de Enfermería Comunitaria

Decálogo enfermero para el cuidado de las personas mayores

Componentes del Grupo de Trabajo: Raúl Juárez Vela, Mª Engracia Navarcorena Yániz, Luisa Fernanda Aragón San Martín, Guillermina Marí i Puget, Elena Yanguas Lezaún y Aurora Salaberri Nieto.
Enfermeras.

La Asociación de Enfermería Comunitaria (AEC), ante el derecho a un envejecimiento más digno, saludable y feliz como contribución ética y social al desarrollo armonioso de la sociedad ha elaborado el Decálogo Enfermero para el cuidado de las personas mayores.

ASOCIACIÓN DE ENFERMERÍA COMUNITARIA

1. Favorecer y fomentar la autoestima a través de la aceptación de los cambios relacionados con la edad.
2. Apoyar el mantenimiento de una adecuada salud física y mental.
3. Contribuir a la adopción/mantenimiento de un estilo de vida saludable con una participación activa en el entorno comunitario en el que viven.
4. Proveer una atención enfermera respetuosa con las creencias y valores de la persona, fomentando su autonomía, respetando su libertad y ayudándole en la toma de decisiones.
5. Fomentar un entorno seguro y acogedor, identificando medidas que eviten peligros y prevengan riesgos.
6. Proteger y cuidar la intimidad de las personas mayores defendiendo activamente su dignidad y privacidad.
7. Proteger a la persona mayor de cualquier forma de abuso y maltrato.
8. Favorecer una actitud de compromiso con la vida fomentando la vitalidad emocional y el optimismo para afrontar dificultades.
9. Animar a mantener una sexualidad saludable.
10. Proporcionar cuidados que garanticen una muerte digna.

Para participar en nuestro grupo: grupopersonanciana@enfermeriacomunitaria.org

El Plan de Trabajo consiste en:

- Elaborar un Decálogo que sirva a las enfermeras comunitarias de marco de referencia.
- Promover y divulgar una atención al anciano de calidad, desde las competencias de la enfermera comunitaria.
- Impulsar acciones de promoción de envejecimiento activo.
- Estimular la divulgación de las actividades y estudios.
- Impulsar la investigación científica sobre los cuidados enfermeros en el anciano.
- Colaborar en la formación continua.
- Mantener relaciones e intercambios con sociedades y agrupaciones nacionales y extranjeras dedicadas al anciano.

«Puerta de entrada al éxito»

Hace ya un par de años, en el número de Noticias de Enfermería de enero-febrero se publicaba una colaboración con el título *«Asociación María Salus Infirmorum: por un futuro más digno»* un proyecto que están realizando cinco enfermeras, que se iniciaba en 2005, en el poblado de Kiongwani, en Kenya, habitado por unas 30.000 personas.

Asociación Mª Salus Infirmorum

En aquella fecha ya se había dotado a este lugar de agua y luz, de los que carecían hasta entonces, así como de una granja avícola, talleres de forja y costura, un almacén molino y adquirido un tractor.

El objetivo de esta Asociación es dotar al poblado de una adecuada estructura para que trabajen, desarrollen sus cualidades y progresen con su propio esfuerzo:

PROYECTO
«Por un futuro más digno»

SANIDAD | **TRABAJO** | **EDUCACIÓN**

En el aspecto Trabajo, las acciones han ido encaminadas a proporcionar puestos de trabajo en granja, talleres, molino, etc. Actualmente son capaces de incrementar las actividades y autofinanciarse.

Para la mejora sanitaria se ha construido un dispensario dotado de las unidades siguientes: medicina general, rehabilitación, laboratorio, zona de hospitalización de urgencia (tres camas) y una ambulancia. Cuentan actualmente con dos enfermeras, un fisioterapeuta, un técnico de laboratorio y un médico.

Para que una sociedad progrese es capítulo es vital el aspecto Educación. En Kiongwani se ha construido una escuela infantil que acoge a 110 niños de 3 a 6 años.

La idea de su construcción surgió cuando en el verano de 2012, una de las integrantes de la Asociación que estaba desplazada en Kiongwani, vio como éstos, que estaban en la calle, repetían lo que una nativa les iba diciendo. Al preguntar por qué no estaban en la escuela, la respuesta fue *«no pueden pagarla»*. En junio de 2013, y con la orientación técnica y fondos enviados desde aquí, y siempre realizada por personas nativas, ya se había construido una escuela que consta de dos aulas, una cocina, un comedor, baños y un espacio recreativo.

Que para los habitantes de Kiongwani la educación significa algo prioritario, queda de manifiesto en la inscripción que hicieron en la puerta de entrada a esta escuela que dice: *«Puerta de entrada al éxito»*.

También se ha construido un centro cultural para adultos, que consta de aulas para conferencias y reuniones, cine escuela de música, juegos y biblioteca. Ni la sanidad, ni la educación son autofinanciables, si bien proporcionan puestos de trabajo.

Alrededor de todo esto ha nacido «Amigos de Kiongwani» que apoyados en la Asociación María Salus Infirmorum –AMSI–, colaboran con ella.

HAZTE AMIGO DE KIONGWANI:

Mira esta Web:
www.salusinfirmorum.org
Escribe a este correo:
salusinfirmorum@hotmail.com
Llama a uno de estos teléfonos:
948 142 916 / 648 777 752

Formas de colaboración

1. Directamente haciendo una aportación económica.
2. Apadrinando un niño: Así le darás Educación, comida, vestido (dos uniformes al año con zapatos) y material escolar. Ello supone 150 euros al año por niño, pudiendo pagarlo en dos plazos. Actualmente hay 360 niños apadrinados.
3. Dando a conocer las actividades que realiza AMSI.
4. Realizando Actividades solidarias.
5. Promoviendo el voluntariado para conocer Kiongwani.

Desde 2009, se inició la colaboración de personas que se han desplazado a Kongwani, durante los meses de julio y agosto, en periodos de días variables, y colaboran en tareas integradas en el Proyecto. Actualmente la media de voluntarios al año es de unas 25 personas. Es una forma diferente de pasar unas vacaciones. Anímate y estarás haciendo algo útil por tus semejantes a la vez que colaboras con un proyecto que está logrando que personas que carecían de lo más básico, se alimenten con el producto de su trabajo, se incremente su educación y sean atendidos en sus enfermedades, al menos en las más urgentes. Aún queda mucho por hacer, las enfermedades son muchas e importantes, pero la situación ha mejorado notablemente desde 2005 y este cambio se hará más notorio si tú ayudas.

El Colegio firma la póliza de Responsabilidad Civil Profesional con A.M.A. Seguros

El pasado mes de noviembre el Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza, ha suscrito la Póliza colectiva de Responsabilidad Civil Profesional, RCP, con AMA Seguros, la Mutua de los profesionales sanitarios.

La Póliza, –firmada por el presidente del Colegio Juan José Porcar y el presidente de AMA, Diego Murillo, en la sede de la Mutua– cubre la Responsabilidad Civil, la defensa de las agresiones sufridas en la actividad profesional, la defensa por denuncia en caso de actos dolosos, la cobertura en caso de daños a expedientes y un subsidio por inhabilitación profesional.

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

En fechas próximas todos los colegiados tendrán acceso a las condiciones de la Póliza firmada.

Juan José Porcar y Diego Murillo firman la póliza de Responsabilidad Civil Profesional.

SEGURO
DE RESPONSABILIDAD CIVIL PROFESIONAL

Tu Colegio te protege con:

3.500.000* euros

aproximadamente
585 millones de pesetas

* Y hasta un tope máximo de 20.000.000 euros (más de 3.327 millones de pesetas).

Seguro **Multirriesgo de Hogar**

La llave de la seguridad de su casa

Ahora, con **SERVICIOS EXCLUSIVOS** pensados para su casa y para usted

- ✔ Manitas del Hogar
- ✔ Manitas Tecnológico
- ✔ Ayuda Personal en el Hogar
- ✔ Y disfrute también de nuestro servicio de Asistencia Informática

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

LA CONFIANZA ES **MUTUAL**

www.amaseguros.com 902 30 30 10

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

(*) Promoción válida para presupuestos de nueva contratación realizados hasta el 31 de marzo de 2014. No acumulable a otras ofertas. Consulte condiciones en su oficina provincial A.M.A.

Cuidándote/Cuidándome

Cristina Mezquita Adán,
Gema López Monteagudo.
Enfermeras del Centro de Salud de Cariñena.

Introducción

Cariñena es una población que se encuentra a 50 km. de Zaragoza. El número de habitantes es de 3.500. La población cuenta con 300 niños hasta 14 años,1.200 adultos hasta los 65 años, el resto 2.000 ancianos de los cuales 700 son mayores de 75 años.

Objetivos

- Detectar la sobrecarga en las cuidadoras con familiares a su cargo y aumentar sus conocimientos.
- Fomentar la calidad de vida en el enfermo dependiente dentro de su entorno familiar.
- Acercar al personal sanitario a las familias.

Planteamiento del problema

Los ancianos sobre los que vamos a trabajar viven en el pueblo, bien son ayudados por sus familias, bien viven solos o con cuidadores contratados, la mayoría de las veces son las familias las que gestionan los cuidados, en muchos de los casos las mujeres.

Dado el aumento de esta población anciana y de sus cuidadores la mayoría hijas y esposas, que también se convierten en ancianas cuidando a sus padres, decidimos hacer este trabajo haciéndonos la pregunta «**Tienen sobrecarga las cuidadoras de familiares dependientes**».

Para ello nos servimos de test de evaluaciones, como más adelante comentamos.

También elaboramos este cuadernillo como ayuda y un reconocimiento a la labor de estas cuidadoras que dejan de lado sus vidas para dedicarlas a sus familiares ancianos.

Es un trabajo realizado en el Centro de Salud de Cariñena por las enfermeras de dicho centro, orientado a las personas que tienen familiares dependientes en su hogar.

Se desarrolla en dos partes **Cuidándote**, se basa en una serie de apartados para que el anciano esté bien cuidado y facilitar conocimientos al cuidador.

Cuidándome está orientado al cuidador, procurando un bienestar psico-fisiológico que le haga sus tareas más agradables y sepa como canalizar sus emociones.

El formato que hemos elegido es el cuaderno, por su comodidad y fácil distribución así como bajo coste.

También se ofrecerá un desarrollo de los temas a aquellas personas que lo deseen, tengan o no un familiar a su cargo

Cuidándome-Cuidándote quiere ser una guía fácil para el entorno familiar con personas dependientes.

Material y métodos

Hicimos el seguimiento de **seis pacientes,** de edades entre 82 y 96 años, en sus domicilios, los cuales eran enfermos crónicos dependientes con un seguimiento de sus patologías desde hace meses, algunos incluso años.

Dos tenían una dependencia moderada ya que podían andar, vestirse, comer solos, pero necesitaban a la familia para el resto de actividades, llamar por telefono, saber en que Día se encuentran, según el **Test de Pfeiffer.**

Los otros cuatro eran ancianos encamados con úlceras por presión, varias patologías de varios años de evolución y con una dependencia total de sus familiares.

A las **cuidadoras**, cuatro eran hijas entre los 63 y 68 años, dos eran esposas de 80 años, las cuales llevaban la carga asistencial aunque eran ayudados por personas contratadas. se les hizo el **Cuestionario de la Función Familiar de Apgar**, cuyo resultado fue que hubieran querido recibir más ayuda familiar, pero para no molestar, sobre todo a los hijos que viven fuera del pueblo, no la piden.

En cuanto al resultado del **Test de Zarit**, las cuidadoras, en general, creen que es una situación que deben hacer por sus padres. muchas veces es larga en el tiempo y muy dura. Que los hijos o hermanos de estos pacientes se desentienden por la condición del sexo masculino, que les afecta a la vida familiar, que los cuidan con alegría pero que se sienten solas en muchas ocasiones.

Como guía profesional se usaron test autoadministrables y otros heteroadministrables, siguiendo los **Patrones Funcionales de Salud de Marjory Gordon**, pudimos conocer mejor el entorno y las personas y adecuar a cada situación nuestros conocimientos.

Para el dependiente

En el patrón actividad/ejercicio

Se utilizó el **Test de Barber en el Medio Rural**, **Test de Barthel** y el índice de Katz valoran el nivel de dependencia para las actividades de la vida diaria.

En el patrón cognitivo/perceptual

Test de Pffeifer. Cribado de deterioro cognitivo.

Para el cuidador

Patrón rol/cuidador

Test de Apgar Familiar. Percepción de la función familiar. Cuestionario. Valora la percepción de la persona sobre la función familiar.

Cuestionario de Zarit. Carga del cuidador. Valora la carga que recibe el cuidador.

Conclusiones

Al acercarnos a las familias dando además un soporte escrito se ha bajado la demanda de consultas en el domicilio.

El paciente esta cuidado por personas con formación.

Disminuye la demanda al sistema sanitario tanto la consulta programada, de demanda como de urgencias ya que la insatisfacción o sobrecarga de las cuidadoras devenga en otras patologías (lumbalgias, depresiones…) que no siempre son atendidas en la consulta del médico por falta de tiempo, gracias a la formación adquirida por las cuidadoras, aumentando la satisfacción del paciente y de ellas por el soporte recibido en formato escrito.

En definitiva se usan menos recursos sanitarios con una intervención que afrontan el problema desde todas sus perspectivas.

Bibliografía

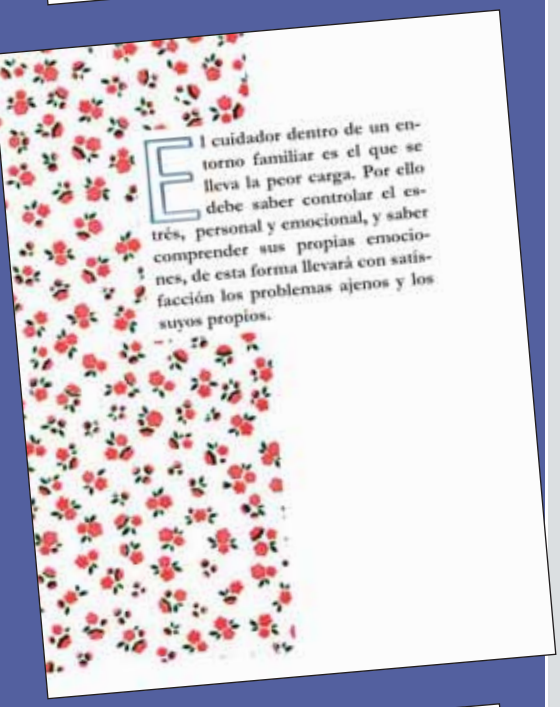
- *Perfil y sobrecarga de los cuidadores de pacientes con demencias en A. Primaria 2004.*
  Servicio Andaluz de Salud, Consejería de Salud.

- Baztán, J.J. Pérez del Molino, J. Alarcón, T.
  San Cristóbal, E. Izquierdo, G.
  Índice de Barthel.

- Laringoitia, A. i.
  Adaptación en nuestro medio de una encuesta para detectar ancianos de riesgo.

CUIDARme

Este trabajo está orientado a aquellas personas que tienen familiares dependientes en su hogar, basándose en una serie de apartados que pretenden facilitar el papel que desempeña cada uno. Cuidándose está orientado al cuidador, para que pueda alcanzar o conservar un bienestar tanto físico como mental que haga sus tareas más agradables y sepa como canalizar sus emociones y sentimiento.



El cuidador dentro de un entorno familiar es el que se lleva la peor carga. Por ello debe saber controlar el estrés, personal y emocional, y saber comprender sus propias emociones, de esta forma llevará con satisfacción los problemas ajenos y los suyos propios.

Las emociones con las que se va a enfrentar son: pena, culpa, enojo, vergüenza, soledad e incluso otras.

PENA es una respuesta natural ante este tipo de situaciones, como puede ser el tener que atender a un familiar, ya que siempre pensamos en lo que fue esta persona.

CULPA a veces nos sentimos incómodos por la situación a la que ha llegado esta persona, es útil hablar con otros cuidadores o amigos e intercambiar sentimientos y preocupaciones.

Nombre **Fecha**

Unidad/Centro **Nº Historia**

Nombre de informante

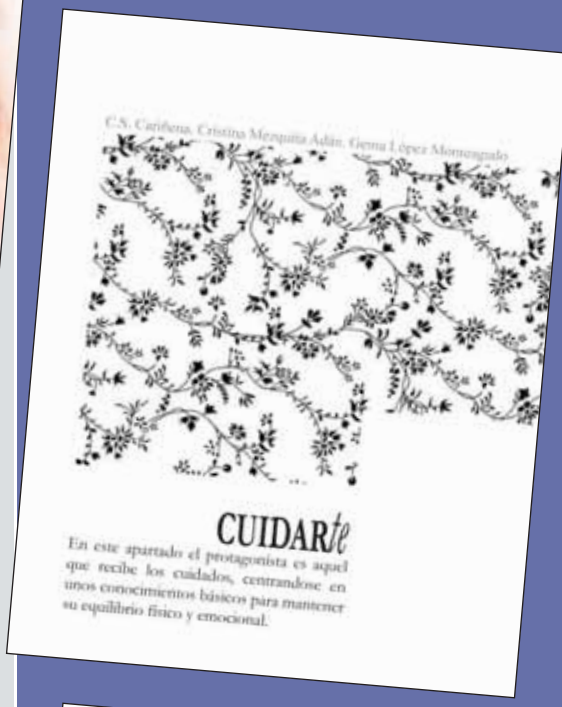
Relación con el informante

Test de Barber – Medio Rural

Población diana: Población anciana que vive en el medio rural. Se trata de una escala **heteroadministrada a un informante clave**. Consta de 9 ítems con respuesta dicotómica *Verdadero-Falso*.
Cada respuesta afirmativa puntúa 1.
Una puntuación total de 1 o más sugiere riesgo de dependencia.

Ítems	Respuesta		Valor de la respuesta	
¿Vive solo/a?	SÍ	NO	1	0
¿Le falta alguien que le pueda ayudar si lo necesita?	SÍ	NO	1	0
¿Depende de alguien para sus necesidades diarias?	SÍ	NO	1	0
¿Hay días en que no consigue comer algo caliente?	SÍ	NO	1	0
¿No puede salir de casa por alguna enfermedad?	SÍ	NO	1	0
¿Tiene mala salud?	SÍ	NO	1	0
¿Tiene problemas de visión?	SÍ	NO	1	0
¿Tiene problemas de oído?	SÍ	NO	1	0
¿Ha estado hospitalizado este último año?	SÍ	NO	1	0
PUNTUACIÓN TOTAL				

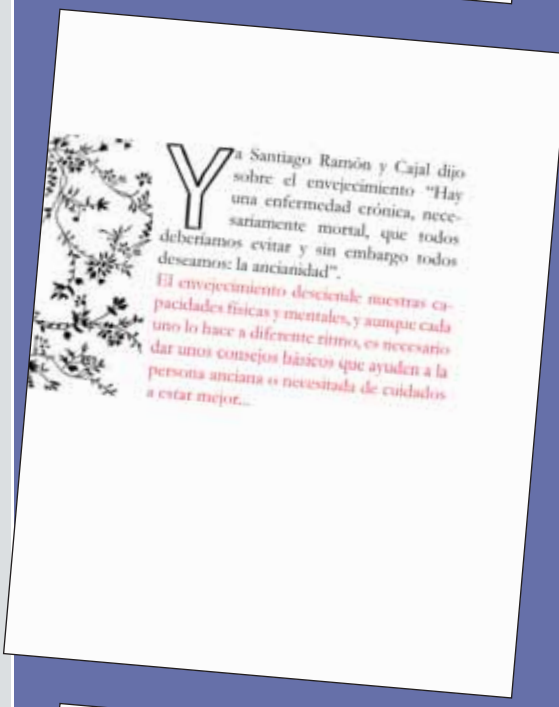
RESULTADO DE LA PUNTUACIÓN	RESULTADO DEL TEST
0	No sugiere riesgo de dependencia
1 o más	Sugiere riesgo de dependencia



C.S. Cartuja. Cristina Mezquita Adán. Gema López Momengualo

CUIDARte

En este apartado el protagonista es aquel que recibe los cuidados, centrandose en unos conocimientos básicos para mantener su equilibrio físico y emocional.



Ya Santiago Ramón y Cajal dijo sobre el envejecimiento "Hay una enfermedad crónica, necesariamente mortal, que todos deberíamos evitar y sin embargo todos deseamos: la ancianidad".

El envejecimiento desciende nuestras capacidades físicas y mentales, y aunque cada uno lo hace a diferente ritmo, es necesario dar unos consejos básicos que ayuden a la persona anciana o necesitada de cuidados a estar mejor...

El ejercicio ayuda a mantener y realzar la capacidad funcional .Desde el punto de vista fisiológico ayuda a mantener los sistemas respiratorios cardiovasculares y músculo esquelético, las ventajas psicológicas para los que practican ejercicio físico son una disminución del estrés, aumento del sueño, disposición del ánimo positiva, mejora de la imagen y mejor funcionamiento cognitivo.

El desarrollo del ejercicio físico lo prescribirá el facultativo, dada la patología del enfermo, el ejercicio físico puede ser simplemente el caminar o realizar ejercicios pasivos, que sea el cuidador quien ayuda al enfermo. El ejercicio se realizará un mínimo de tres días semanales con una duración de 20 - 30 minutos, siempre evaluando la capacidad del enfermo.

Nombre **Fecha**

Unidad/Centro **Nº Historia**

Autonomía para las actividades de la vida diaria –Barthel–

Población diana: Población general. Se trata de un cuestionario **heteroadministrado.** Con 10 ítems tipo likert. El rango de posibles valores del Índice de Barthel está entre 0 y 100, con intervalos de 5 puntos. A menor puntuación, más dependencia; y a mayor puntuación, más independencia. Además el Índice de Barthel puede usarse asignando puntuaciones con intervalos de un punto entre las categorías –las posibles puntuaciones para las actividades son 0, 1, 2 ó 3 puntos– resultando un rango global entre 0 y 20. Los puntos de corte sugeridos por algunos autores para facilitar la interpretación son:

- 0-20 dependencia total.
- 21-60 dependencia severa.
- 61-90 dependencia moderada.
- 91-99 dependencia escasa.
- 100 independencia.

Comer

10	Independiente	Capaz de utilizar cualquier instrumento necesario, capaz de desmenuzar la comida, extender la mantequilla, usar condimentos, etc. por si solo. Come en un tiempo razonable. La comida puede ser cocinada y servida por otra persona.
5	Necesita ayuda	Para cortar la carne o el pan, extender la mantequilla, etc, pero es capaz de comer solo.
0	Dependiente	Necesita ser alimentado por otra persona.

Lavarse – bañarse

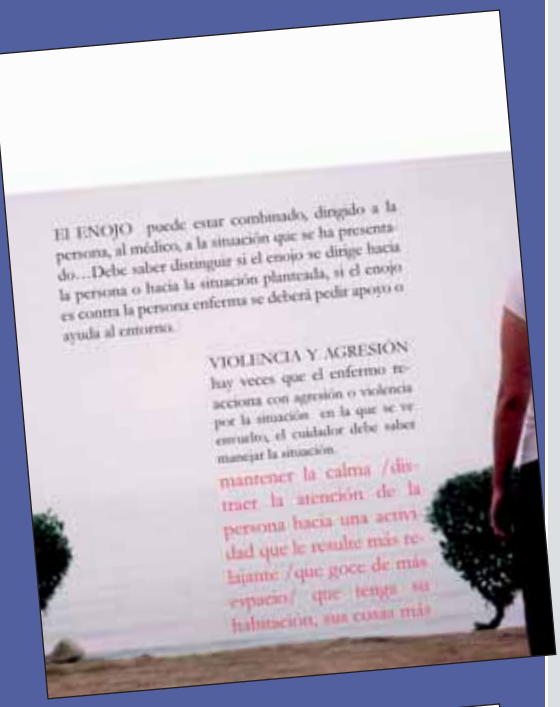
5	Independiente	Capaz de lavarse entero, puede ser usando la ducha, la bañera o permaneciendo de pie y aplicando la esponja sobre todo el cuerpo. Incluye entrar y salir del baño. Puede realizarlo todo sin estar una persona presente.
0	Dependiente	Necesita alguna ayuda o supervisión.

Vestirse

10	Independiente	Capaz de poner y quitarse la ropa, atarse los zapatos, abrocharse los botones y colocarse otros complementos que precisa (por ejemplo braguero, corsé, etc.) sin ayuda.
5	Necesita ayuda	Pero realiza solo al menos la mitad de las tareas en un tiempo razonable.
0	Dependiente	

Arreglarse

5	Independiente	Realiza todas las actividades personales sin ninguna ayuda. Incluye lavarse cara y manos, peinarse, maquillarse, afeitarse y lavarse los dientes. Los complementos necesarios para ello pueden ser provistos por otra persona.
0	Dependiente	Necesita alguna ayuda.


El ENOJO puede estar combinado, dirigido a la persona, al médico, a la situación que se ha presentado...Debe saber distinguir si el enojo se dirige hacia la persona o hacia la situación planteada, si el enojo es contra la persona enferma se deberá pedir apoyo o ayuda al entorno.

VIOLENCIA Y AGRESIÓN hay veces que el enfermo reacciona con agresión o violencia por la situación en la que se ve envuelto, el cuidador debe saber manejar la situación.

mantener la calma /distraer la atención de la persona hacia una actividad que le resulte más relajante /que goce de más espacio/ que tenga su habitación, sus cosas más

queridas cerca de él /averiguar qué cosas le producen esa reacción y evitarlas/ si existe violencia física hablar con alguien que le respalde y hablar con el médico para controlar la situación.

Cuidarse a uno mismo, para algunos cuidadores la familia es la mayor fuente de ayuda para otros de angustia. Es importante que todos los familiares colaboren en los cuidados, repartiendo la carga de la mejor forma posible dentro del ámbito familiar. Compartir con otros sus experiencias y vivencias como cuidador, no se guarde para sí mismo los problemas, trate de verlo y asumirlo como una situación que le toca vivir, sumándola pidiendo ayuda de quien necesite aunque tenga la sensación de que va á molestar, anticípese a las urgen-

cias pensando en quien le puede echar una mano. Buscar tiempo para divertirse y relacionarse con otras personas. Conocer los propios límites, no aguante más de lo que sea estrictamente necesario, no agote su aguante hasta desencadenar una crisis.

VERGÜENZA no sienta vergüenza si la persona que cuida tiene un comportamiento inadecuado, el compartir estos comportamientos con familiares, amigos o vecinos ayuda a comprender los problemas que puedan surgir.

Deposición

10	Continente	Ningún episodio de incontinencia. Si necesita enema o supositorios es capaz de administrárselos por si solo.
5	Accidente ocasional	Menos de una vez por semana o necesita ayuda para enemas o supositorios.
0	Incontinente	Incluye administración de enemas o supositorios por otro.

Micción –valorar la situación en la semana previa–

10	Continente	Ningún episodio de incontinencia (seco día y noche). Capaz de usar cualquier dispositivo. En paciente sondado incluye poder cambiar la bolsa solo.
5	Accidente ocasional	Menos de una vez por semana o necesita ayuda para enemas o supositorios.
0	Incontinente	Incluye pacientes con sonda incapaces de manejarse.

Ir al retrete

10	Independiente	Entra y sale solo. Capaz de quitarse y ponerse la ropa, limpiarse, prevenir el manchado de la ropa y tirar de la cadena. Capaz de sentarse y levantarse de la taza sin ayuda (puede utilizar barras para soportarse). Si usa bacinilla (orinal, botella, etc.) es capaz de utilizarla y vaciarla completamente sin ayuda y sin manchar.
5	Necesita ayuda	Capaz de manejarse con pequeña ayuda en el equilibrio, quitarse y ponerse la ropa, pero puede limpiarse solo. Aún es capaz de utilizar el retrete.
0	Dependiente	Incapaz de manejarse sin asistencia mayor.

Trasladarse sillón/cama

15	Independiente	Sin ayudas en todas las fases. Si utiliza silla de ruedas se aproxima a la cama, frena, desplaza el apoya pies, cierra la silla, se coloca en posición de sentado en un lado de la cama, se mete y tumba, y puede volver a la silla sin ayuda.
10	Mínima ayuda	Incluye supervisión verbal o pequeña ayuda física, tal como la ofrecida por una persona no muy fuerte o sin entrenamiento.
5	Gran ayuda	Capaz de estar sentado sin ayuda, pero necesita mucha asistencia (persona fuerte o entrenada) para salir/entrar de la cama o desplazarse.
0	Dependiente	Necesita grúa o completo alzamiento por dos personas. Incapaz de permanecer sentado.

Deambulación

15	Independiente	Puede caminar al menos 50 metros o su equivalente en casa sin ayuda o supervisión. La velocidad no es importante. Puede usar cualquier ayuda (bastones, muletas, etc…) excepto andador. Si utiliza prótesis es capaz de ponérsela y quitársela solo.
10	Necesita ayuda	Supervisión o pequeña ayuda física (persona no muy fuerte) para andar 50 metros. Incluye instrumentos o ayudas para permanecer de pie (andador).
5	Independiente en silla de ruedas	En 50 metros. Debe ser capaz de desplazarse, atravesar puertas y doblar esquinas solo.
0	Dependiente	Si utiliza silla de ruedas, precisa ser empujado por otro.

Subir y bajar escaleras

10	Independiente	Capaz de subir y bajar un piso sin ayuda ni supervisión. Puede utilizar el apoyo que precisa para andar (bastón, muletas, etc.) y el pasamanos.
5	Necesita ayuda	Supervisión física o verbal.
0	Dependiente	Incapaz de salvar escalones. Necesita alzamiento (ascensor).

Fecha						
Puntuación total						

Nombre **Fecha**

Unidad/Centro **Nº Historia**

Valoración de las actividades de la vida diaria –Índice de Katz–

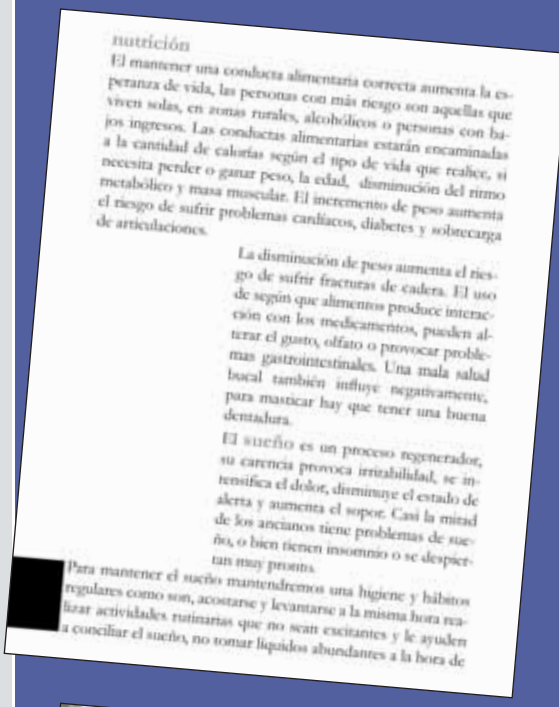
Población diana: Población general. Se trata de un cuestionario **heteroadministrado** con 6 ítems dicotómicos. El Índice de Katz presenta ocho posibles niveles:

- **A** Independiente en todas sus funciones.
- **B** Independiente en todas las funciones menos en una de ellas.
- **C** Independiente en todas las funciones menos en el baño y otra cualquiera.
- **D** Independiente en todas las funciones menos en el baño, vestido, y otra cualquiera.
- **E** Independiente en todas las funciones menos en el baño, vestido, uso de WC y otra cualquiera.
- **F** Independiente en todas las funciones menos en el baño, vestido, uso de WC, movilidad y otra cualquiera de las dos restantes.
- **G** Dependiente en todas las funciones.
- **H** Dependiente en al menos dos funciones, pero no clasificable como **C**, **D**, **E** o **F**.

El índice de Katz se puede puntuar de dos formas. Una considerando los ítems individualmente, de manera que se den 0 puntos cuando la actividad es realizada de forma independiente y 1 punto si la actividad se realiza con ayuda o no se realiza. Otra manera de puntuar es la descrita por los autores en la versión original, considerando los ítems agrupados para obtener grados A, B, C, etc., de independencia. *Atendiendo al orden jerárquico del Índice de Katz*, al comparar ambas puntuaciones, se observa que 0 puntos equivale al grado A, 1 punto al grado B, 2 puntos al grado C, 3 puntos al grado D y así sucesivamente.

De una manera convencional se puede asumir la siguiente clasificación:

- Grados A-B ó 0-1 puntos = ausencia de incapacidad o incapacidad leve.
- Grados C-D ó 2-3 puntos = incapacidad moderada.
- Grados E-G ó 4-6 puntos = incapacidad severa.


nutrición
El mantener una conducta alimentaria correcta aumenta la esperanza de vida, las personas con más riesgo son aquellas que viven solas, en zonas rurales, alcohólicos o personas con bajos ingresos. Las conductas alimentarias estarán encaminadas a la cantidad de calorías según el tipo de vida que realice, si necesita perder o ganar peso, la edad, disminución del ritmo metabólico y masa muscular. El incremento de peso aumenta el riesgo de sufrir problemas cardiacos, diabetes y sobrecarga de articulaciones.

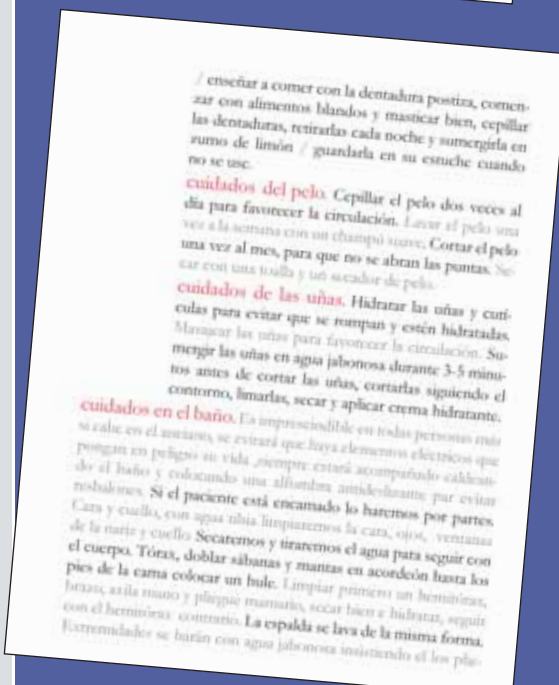
La disminución de peso aumenta el riesgo de sufrir fracturas de cadera. El uso de según que alimentos produce interacción con los medicamentos, pueden alterar el gusto, olfato o provocar problemas gastrointestinales. Una mala salud bucal también influye negativamente, para masticar hay que tener una buena dentadura.

El sueño es un proceso regenerador, su carencia provoca irritabilidad, se intensifica el dolor, disminuye el estado de alerta y aumenta el sopor. Casi la mitad de los ancianos tiene problemas de sueño, o bien tienen insomnio o se despiertan muy pronto.

Para mantener el sueño mantendremos una higiene y hábitos regulares como son, acostarse y levantarse a la misma hora realizar actividades rutinarias que no sean excitantes y le ayuden a conciliar el sueño, no tomar líquidos abundantes a la hora de

ir a dormir, ni alimentos estimulantes como cafeínas, hacer cenas suaves, el dormitorio estará bien ventilado y confortable.

cuidados de la boca. Van encaminados a encontrar una buena nutrición a través de la masticación y salivación y evitar el deterioro de los dientes. Se hará una revisión cada 6 meses / los alimentos lácteos fortalecen la mandíbula inferior y las sopas previenen la sequedad de la boca / hay que cepillarse los dientes después de cada comida y pasar el hilo dental par prevenir el sarro y la caries / cuando hay mal aliento, saliva pegajosa, intolerancia al frío o el calor puede haber una afección bucal / el cepillado de dientes se hará de la encía a la corona, de forma rotatoria con un cepillo blando, sin olvidar la lengua / se harán enjuagues con zumo de limón o con menta / hidratar los labios con cremas hidrosolubles


/ enseñar a comer con la dentadura postiza, comenzar con alimentos blandos y masticar bien, cepillar las dentaduras, retirarlas cada noche y sumergirla en zumo de limón / guardarla en su estuche cuando no se use.

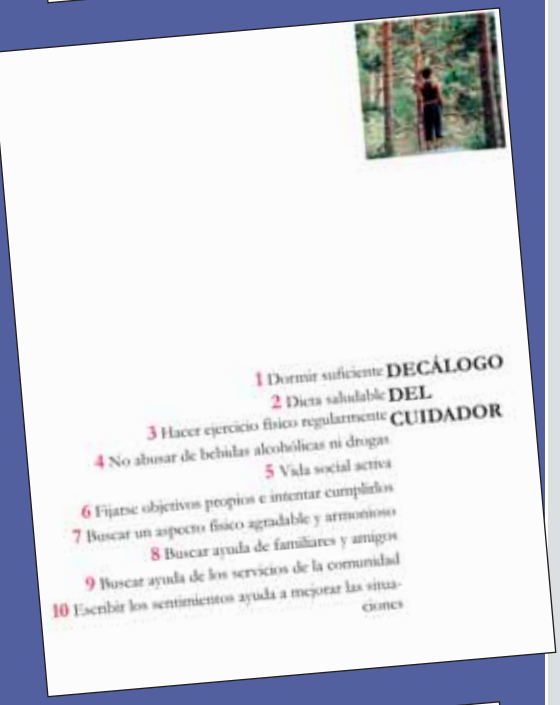
cuidados del pelo. Cepillar el pelo dos veces al día para favorecer la circulación. Lavar el pelo una vez a la semana con un champú suave. Cortar el pelo una vez al mes, para que no se abran las puntas. Secar con una toalla y un secador de pelo.

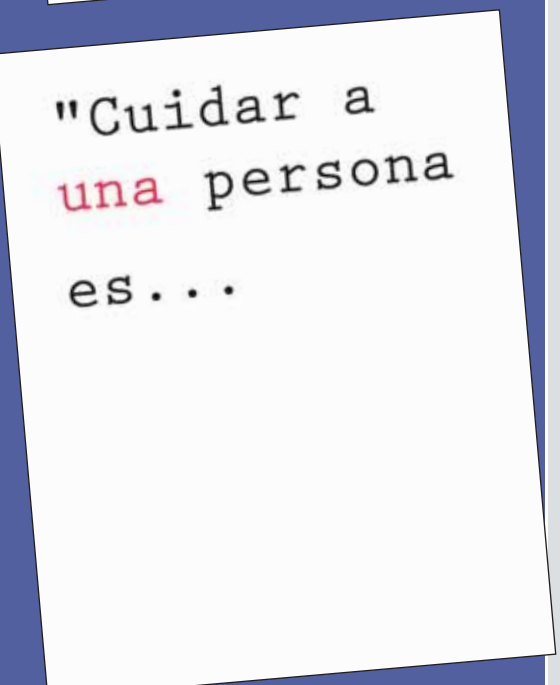
cuidados de las uñas. Hidratar las uñas y cutículas para evitar que se rompan y estén hidratadas. Masajear las uñas para favorecer la circulación. Sumergir las uñas en agua jabonosa durante 3-5 minutos antes de cortar las uñas, cortarlas siguiendo el contorno, limarlas, secar y aplicar crema hidratante.

cuidados en el baño. Es imprescindible en todas personas más si cae en el anciano, se evitará que haya elementos eléctricos que pongan en peligro su vida ,siempre estará acompañado cuando el baño y colocando una alfombra antideslizante par evitar resbalones. Si el paciente está encamado lo haremos por partes. Cara y cuello, con agua tibia limpiaremos la cara, ojos, ventanas de la nariz y cuello. Secaremos y tiraremos el agua para seguir con el cuerpo. Tórax, doblar sábanas y mantas en acordeón hasta los pies de la cama colocar un hule. Limpiar primero un hemitórax, brazo, axila mano y pliegue mamario, secar bien e hidratar, seguir con el hemitórax contrario. La espalda se lava de la misma forma. Extremidades se harán con agua jabonosa insistiendo en los pliegues

SOLEDAD muchos cuidadores acaban apartándose de la sociedad limitándose a estar en la casa con el enfermo, la soledad dificulta sobrellevar los problemas.

Muchas veces hay miembros de la familia o amigos que quieren ayudar pero no saben como. Es útil sugerirles algunas tareas que usted puede derivar, también es útil participar en grupos de autoayuda de cuidadores, solicitar ayuda a su médico, enfermera, trabajador social sobre residencias, centros de día o ayuda a domicilio.





Valoración de las actividades de la vida diaria –Índice de Katz–

1. Baño	**Independiente.** Se baña enteramente solo o necesita ayuda sólo para lavar una zona (como la espalda o una extremidad con minusvalía).
	Dependiente. Necesita ayuda para lavar más de una zona del cuerpo, ayuda para salir o entrar en la bañera o no se baña solo.
2. Vestido	**Independiente.** Coge la ropa de cajones y armarios, se la pone y puede abrocharse. Se excluye el acto de atarse los zapatos.
	Dependiente. No se viste por sí mismo o permanece parcialmente desvestido.
3. Uso del WC	**Independiente.** Va al WC solo, se arregla la ropa y se asea los órganos excretores.
	Dependiente. Precisa ayuda para ir al WC.
4. Movilidad	**Independiente.** Se levanta y acuesta en la cama por sí mismo y puede sentarse y levantarse de una silla por sí mismo.
	Dependiente. Necesita ayuda para levantarse y acostarse en la cama y/o silla, no realiza uno o más desplazamientos.
5. Continencia	**Independiente.** Control completo de micción y defecación.
	Dependiente. Incontinencia parcial o total de la micción o defecación.
6. Alimentación	**Independiente.** Lleva el alimento a la boca desde el plato o equivalente. Se excluye cortar la carne.
	Dependiente. Necesita ayuda para comer, no come en absoluto o requiere alimentación parenteral.
	PUNTUACIÓN TOTAL

Bibliografía

- Katz, S. Ford, A.B. Moskowitz, R.W. y cols. Studies of illness in the age: the index of ADL a standarized measure of biological an psycosocial function. *JAMA* 1963, 185: 914-919.
- Katz, S. Down, T.D. Cash, H.R. y cols. Progress in developement of the index of ADL. *Gerontologist,* 1970; 10 (1): 20-30.
- Álvarez, M. Alaiz, A.T. Brun, E. y cols. Capacidad funcional de pacientes mayores de 65 años, según el índice de Katz. Fiabilidad del método. *Aten. Prim.* 1992, 10: 812-815.

Nombre **Fecha**

Unidad/Centro **Nº Historia**

Cribado de Deterioro Cognitivo –Test de Pfeiffer versión española–

Población diana: Población general. Se trata de un cuestionario **heteroadministrado** que consta de 10 ítems. El punto de corte está en 3 o más errores, en el caso de personas que al menos sepan leer y escribir y de 4 o más para los que no. A partir de esa puntuación existe la sospecha de deterioro cognitivo.

Ítems	Errores
¿Qué día es hoy? –día, mes, año–	
¿Qué día de la semana es hoy?	
¿Dónde estamos ahora?	
¿Cuál es su número de teléfono?	
¿Cuál es su dirección? –preguntar sólo si el paciente no tiene teléfono–	
¿Cuántos años tiene?	
¿Cuál es su fecha de nacimiento? –día, mes, año–	
¿Quién es ahora el presidente del gobierno?	
¿Quién fue el anterior presidente del gobierno?	
¿Cuáles son los dos apellidos de su madre?	
Vaya restando de 3 en 3 al número 20 hasta llegar al 0.	
PUNTUACIÓN TOTAL	

Bibliografía

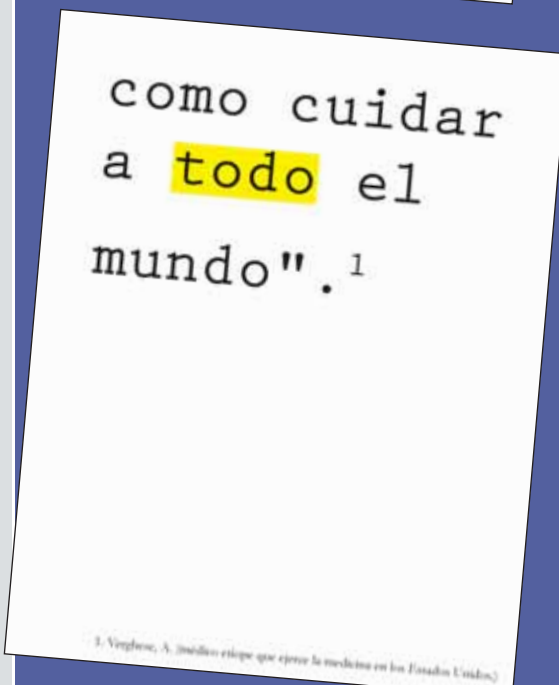
- Pfeiffer, E. A short portable mental status questionnaire for the assessment of organic brain deficit in elderly patients. *J. Am. Geriatric. Soc.* 1975 Oct; 23 (10): 433-41.
- Erkinjuntti, T. Sulkava, R. Wikstrom, J. Autio, L. Short Portable Mental Status Questionnaire as a screening test for dementia and delirium among the elderly. *J. Am. Geriatr. Soc.* 1987 May; 35 (5): 412-6.
- Sano, M. Mackell, J.A. Ponton, M. Ferreira, P. Wilson, J. Pawluczyk, S. Pfeiffer, E. Thomas, R.G. Jin, S. Schafer, K. Schittini, M. Grundman, M. Ferris, S.H. Thal, L.J. The Spanish Instrument Protocol: design and implementation of a study to evaluate treatment efficacy Instruments for Spanishspeaking patients with Alzheimer's disease. The Alzheimer's Disease Cooperative Study. *Alzheimer Dis. Assoc. Disord.* 1997; 11 Suppl. 2: S57-64.
- Martínez de la Iglesia, J. Dueñas Herrero, R. Onis Vilches, M.C. Aguado Taberne, C. Albert Colomer, C. Luque Luque, R. Adaptación y validación al castellano del cuestionario de Pfeiffer (SPMSQ) para detectar la existencia de deterioro cognitivo en personas mayores de 65 años. *Med. Clin.* (Barc) 2001 Jun 30; 117 (4): 129-34.

gues y en las zonas interdigitales se secarán muy bien y después se aplicará crema hidratante o aceite de almendras sobre todo en talones. Si llevara los pies vendados como protección se hará cada dos días aprovechando el cambio de vendaje. Vientre y genitales se cambiará el agua se hará el lavado meticuloso de vientre y genitales no dejando jabón, secando bien e hidratando. Se le vestirá adecuadamente según su situación, después se lavará la boca y se peinará.

Enseñar al anciano técnicas de respiración profunda y de expectoración evitaremos acumulo de secreciones y una mayor expansión pulmonar. Colocar al paciente en decúbito supino, poner una mano en el pecho y otra en la base del ester-

nón, pedir que haga una inspiración profunda elevando el abdomen sin elevar el tórax, aguantar contando hasta cinco, la expulsión del aire será con los labios fruncidos. Lo realizará varias veces al día. Para expectorar el paciente estará sentado con el cuerpo adelantado, inspirará, aguantará la respiración y toserá fuertemente. Pedirle que lo haga cada dos horas. Deberá de beber muchos líquidos evitando los lácteos.

cuidados de eliminación. Con el aumento de los años hay una pérdida del tono muscular, menos actividad física y menos consumo de alimentos, por lo que no siempre se consigue una deposición diaria. **Los alimentos ricos en fibra ayudan a controlar el intestino**: *espárragos, kiwis, verduras, ciruelas, cereales integrales*... **Se deben tomar 2 litros de agua al día, así como fruta y verdura.** En la incontinencia urinaria se hará facilitando al paciente el acceso al baño, si está encamado facilitar el que pueda llamar a una persona para que le ayude. Utilizar pañales o contenedores urinarios, valorar si hay signos de infección.


como cuidar
a todo el
mundo".[1]

1. Verghese, A. (médico etíope que ejerce la medicina en los Estados Unidos)

Nombre **Fecha**

Unidad/Centro **Nº Historia**

Percepción de la función familiar –Cuestionario Apgar familiar–

Población diana: Población general. Se trata de un cuestionario que puede ser **autoadministrado o heteroadministrado** y que consta de 5 ítems tipo likert para valorar la percepción de la persona sobre la función familiar. Los puntos de corte son los siguientes:

- Normofuncional: 7-10 puntos.
- Disfuncional leve: 3-6.
- Disfuncional grave: 0-2.

Versión heteroadministrada: Leer las preguntas del cuestionario y señalar la respuesta del paciente.

Versión autoadministrada: Recortar por la línea de puntos y entregar al paciente para su cumplimentación.

Nombre **Fecha**

Unidad/Centro **Nº Historia**

Cuestionario Apgar familiar

Instrucciones: Por favor, rodee con un círculo la respuesta que mejor se ajuste a su situación personal.

	Casi nunca	A veces	Casi siempre
1. ¿Está satisfecho con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?	0	1	2
2. ¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en casa?	0	1	2
3. ¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en la casa?	0	1	2
4. ¿Está satisfecho con el tiempo que usted y su familia pasan juntos?	0	1	2
5. ¿Siente que su familia le quiere?	0	1	2
PUNTUACIÓN TOTAL			

Escala de sobrecarga del cuidador –Test de Zarit–

Indicación: Medir el grado de sobrecarga subjetiva de los cuidadores de ancianos afectos de trastornos mentales.

Codificación proceso: 00061 Cansancio en el desempeño del rol de cuidador (NANDA).

Administración: Consta de 22 ítems relacionados con las sensaciones del cuidador cuando cuidan a otra persona, cada uno de los cuales se puntúa en un gradiente de frecuencia que va desde 1 (nunca) a 5 (casi siempre). Autoadministrada.

Interpretación:
- <47: No sobrecarga.
- 47 a 55: Sobrecarga leve.
- >55: Sobrecarga intensa.

Reevaluación: Cuando la situación del paciente cambie o se sospeche aparición de sobrecarga en el cuidador. De forma genérica con carácter anual.

Propiedades psicométricas: Se ha estudiado la validez de concepto y la validez de constructo. La consistencia interna de la escala es de 0,91 y la fiabilidad test-retest es de 0,86.

TEST DE ZARIT – ESCALA DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR	
¿Piensa que su familiar le pide más ayuda de la que realmente necesita?	
¿Piensa que debido al tiempo que dedica a su familiar no tiene suficiente tiempo para usted?	
¿Se siente agobiado por intentar compatibilizar el cuidado de su familiar con otras responsabilidades (trabajo, familia)?	
¿Siente vergüenza por la conducta de su familiar?	
¿Se siente enfadado cuando está cerca de su familiar?	
¿Piensa que el cuidar de su familiar afecta negativamente la relación que tiene usted con otros miembros de su familia?	
¿Tiene miedo por el futuro de su familiar?	
¿Piensa que su familiar depende de usted?	
¿Se siente tenso cuando está cerca de su familiar?	
¿Piensa que su salud ha empeorado debido a tener que cuidar a su familiar?	
¿Piensa que no tiene tanta intimidad como le gustaría debido a tener que cuidar de su familiar?	
¿Piensa que su vida social se ha visto afectada negativamente por tener que cuidar de su familiar?	
¿Se siente incómodo por distanciarse de sus amistades debido a tener que cuidar de su familiar?	
¿Piensa que su familiar le considera a usted la única persona que le puede cuidar?	
¿Piensa que no tiene suficientes ingresos económicos para los gastos de cuidar a su familiar, además de sus otros gastos?	
¿Piensa que no será capaz de cuidar a su familiar por mucho más tiempo?	
¿Se siente que ha perdido el control de su vida desde que comenzó la enfermedad de su familiar?	
¿Desearía poder dejar el cuidado de su familiar a otra persona?	
¿Se siente indeciso sobre qué hacer con su familiar?	
¿Piensa que debería hacer más por su familiar?	
¿Piensa que podría cuidar mejor a su familiar?	
¿Globalmente, qué grado de «carga» experimenta por el hecho de cuidar a su familiar?	
TOTAL	

OPCIONES:
1 = Nunca.
2 = Rara vez.
3 = Algunas veces.
4 = Bastantes veces.
5 = Casi siempre.

PSN reúne al Maestro J. Achúcarro y a la Orquesta Filarmónica de España en un concierto en beneficio de los más desfavorecidos

El concierto solidario, a favor de Cáritas España, tendrá lugar el 5 de abril, en el Teatro Monumental de Madrid

PSN (Previsión Sanitaria Nacional) celebrará el próximo 5 de abril un concierto benéfico para el que contará con el reconocido pianista Joaquín Achúcarro y la Orquesta Filarmónica de España. El Teatro Monumental, situado en Madrid, acogerá este acto solidario organizado para recaudar fondos a favor de Cáritas España.

Esta iniciativa se suma a otras acciones puestas en marcha por PSN para recaudar fondos y contribuir a paliar la situación de las personas más desfavorecidas y para ello, la Mutua ha querido canalizarlo a través de Cáritas España, para contribuir a su gran labor social. *«La solidaridad está en la base de nuestro modelo mutual y en el espíritu de PSN y estoy convencido de que nuestros mutualistas y el público en general responderán con la generosidad que han demostrado siempre. Confiamos en llenar el teatro y recaudar a través de donaciones una cantidad importante para Cáritas como ya sucedió en el llamamiento que realizamos las pasadas Navidades»* declaró Miguel Carrero, presidente de PSN.

Bajo el título **«Noches de esperanza»** este concierto incluirá la *Obertura del sueño de una noche de verano* de Meldenssohn, interpretada por la Orquesta Filarmónica de España, *Noches en los Jardines de España* de Manuel de Falla, a cargo del maestro Achúcarro y *Sinfonía nº 9 del Nuevo Mundo* de Dovrak a cargo de la Orquesta.

Las entradas pueden adquirirse ya a través de la web www.entradas.com, en los cajeros de Bankia o en el teléfono 902 052 102.

Sobre el maestro Joaquín Achúcarro

Nacido en Bilbao y emparentado con el compositor Edvard Grieg, durante sus años de estudiante ganó premios internacionales en España, Francia, Italia y Suiza, pero fue su triunfo en Inglaterra, en el Concurso Internacional de Liverpool de 1959, así como las críticas entusiastas en los periódicos londinenses tras su debut con la Sinfónica de Londres en el *Royal Festival Hall* de la capital inglesa, lo que marcó el inicio de su carrera.

Desde entonces, Joaquín Achúcarro ha mantenido una actividad concertística internacional ininterrumpida que le ha llevado a 60 países y a poseer innumerables premios y distinciones.

En el año 2000 fue nombrado en París *Artist for Peace* por la Unesco, en reconocimiento a *«su extraordinaria labor artística»*. Es 'Académico ad Honorem' de la 'Accademia Chigiana de Siena' (Italia). En España, ha recibido la Medalla de Oro a las Bellas Artes y el Premio Nacional de Música. En 2003, el Rey Don Juan Carlos le concedió la Gran Cruz de la Orden del Mérito Civil. Al año siguiente, Achúcarro fue nombrado Hijo Predilecto de la Villa de Bilbao, su ciudad natal. En el 2011, ingresó como Académico Honorario de la Real Academia de Bellas Artes de Granada.

El número 10 de la revista Científica de Enfermería del Ilustre Colegio Oficial de Zaragoza, Cuidando la Salud –ISSN 1696-1005- está en la calle.

En este número se publican los trabajos Primer Premio y Accésit correspondientes a la III edición del Premio de Investigación Enfermera «Don Ángel Andía Leza», respectivamente, ***«La implementación de una guía de práctica clínica sobre Lesiones Por Presión ¿mejora los conocimientos y el uso de las directrices sobre prevención y tratamiento de las enfermeras en un hospital de agudos?»*** de Ana Cristina Fernández Mur y ***«Estudio de los patrones de actividad física en las épocas del embarazo y el puerperio»*** de Enrique Ramón Arbués.

Cuidando la Salud incluye, en el apartado Protocolos de actuación, los titulados ***«Técnica modificada de Seldinger para la canalización de vías venosas centrales de acceso periférico por enfermería»,*** que firman Yolanda Martínez Santos, Teresa Logroño Torres y Pilar Gracia Gracia y ***«La insulinización y perfil de acción»*** cuyas autoras son Ana Mª Alonso Benedí, Myriam Martín Castillo y Elena Alonso Benedí.

Cuidando la Salud puede consultarse y descargarse en la web **ww.ocez.net** en el enlace

https://www.dropbox.com/s/bhmh8l0cf1suowk/Cuidando_Salud_10.pdf

Libranzas en Atención Primaria

Mesa Sectorial de Sanidad, diciembre de 2013

Abordamos en este número algunos de los acuerdos adoptados en la Mesa Sectorial de Sanidad del pasado mes de diciembre. Mesa, donde se trataron temas como el Decreto de eméritos, Regulación de personal de cupo y zona, Índice de dispersión EAP Actur Oeste 2013 y Teruel Centro/Teruel Ensanche, libranzas en Atención Primaria, Información de resolución de manutención, Información sobre Acuerdo de Productividad Variable 2012 para personal en formación, Información sobre estabilidad en el empleo, así como el calendario estimado de publicación de las listas provisionales de los concursos de traslado y previsión de fechas de exámenes de las convocatorias publicadas.

Por su importancia, traemos a colación lo acordado en relación a las libranzas del personal en Atención Primaria, que tras la celebración de la reunión de Mesa Sectorial, se tradujo en la Resolución de la Directora Gerente del Servicio Aragonés de Salud, por la que se establecen los criterios para el disfrute de libranzas en atención primaria (BOA de 30 de diciembre de 2013).

Este acuerdo viene a establecer que *«el disfrute de la libranza del personal de los Equipos de Atención Primaria que presten servicios de forma ininterrumpida durante las 24 horas, exceptuando los Equipos de Atención Primaria ubicados en Zaragoza capital, tendrá lugar, con carácter general, de inmediato a la realización de cada guardia de presencia física, sin que en ningún caso pueda desplazarse a los lu-*

En esta Sección de la revista, se van tratando las cuestiones sobre las que más consultas se han realizado en la Asesoría Jurídica. Los profesionales de enfermería colegiados pueden dirigirse directamente a la Asesoría Jurídica del Colegio, en horario de lunes y jueves de 17:30 a 19:00 horas o martes y miércoles de 12:00 a 13:30 horas, previa cita, para el estudio de su caso concreto en relación a su prestación de servicios como personal de enfermería.

Paula Hormigón Solas
Abogada. Asesoría Jurídica del Colegio de Enfermería de Zaragoza

nes y pudiendo sólo autorizar libranza los viernes si se ha realizado guardia el jueves anterior».

El acuerdo de referencia también viene a concertar que en la programación funcional de los Centros de Salud quedará siempre garantizada la adecuada cobertura asistencial, que al menos deberá comprender la actividad de consulta a demanda y los avisos domiciliarios por los miembros del Equipo de Atención Primaria.

Asimismo, se viene a señalar que deberá reflejarse en el Reglamento Interno de Funcionamiento del Equipo de Atención Primaria la regulación del tiempo de trabajo y del tiempo de descanso, de tal forma que quede cubierta la asistencia sanitaria ordinaria y la atención continuada del Equipo, pero sin que los descansos de guardia disfrutados eximan del cumplimiento de la jornada que en cómputo anual les corresponda.

No obstante lo anterior, se viene a establecer en este mismo Acuerdo, que en los Reglamentos Internos de Funcionamiento se podrá otorgar preeminencia al descanso tras la guardia, siempre que se asuma por el Equipo de Atención Primaria la realización del resto de funciones del Centro de Salud. Si el Equipo no asume dichas tareas o no existe Reglamento Interno de funcionamiento que regule estas situaciones, deberán los profesionales recuperar las horas no trabajadas por el descanso de guardias y cumplir la jornada anual correspondiente. Dicha recuperación se efectuará en jornada ordinaria de tarde de lunes a jueves.

En relación a esta cuestión, hay que señalar que la Ley 55/2003, de 16 de diciembre, *del Estatuto Marco del personal estatutario de los Servicios de Salud,* contempla la posibilidad de establecer jornadas de 24 horas en determinados servicios o unidades para garantizar la atención continuada a los usuarios del sistema.

El Acuerdo del Gobierno de Aragón, de 4 de diciembre de 2007, sobre jornada y horario de los centros sanitarios del Servicio Aragonés de Salud, por su parte, venía a señalar que *«con el fin de garantizar el descanso semanal y entre jornadas de los profesionales que realicen turnos de guardia, se programará el disfrute de las oportunas libranzas, que tendrán lugar, preferentemente, tras la finalización de cada guardia de presencia física».*

El Acuerdo aprobado en relación a la libranza del personal en atención primaria, viene a dar criterios de actuación en relación al disfrute de las libranzas de los profesionales, conjugando este derecho, con el correcto funcionamiento de los Equipos de Atención Primaria y con la obligación de realización de la jornada anual de trabajo por parte del personal. Principalmente, viene a convenir que el Reglamento Interno de Funcionamiento del Equipo de Atención Primaria es el que regula el tiempo de trabajo y el tiempo de descanso. Pero dicha distribución, deberá garantizar la adecuada cobertura asistencial (al menos la actividad de consulta a demanda y los avisos domiciliarios) que comporta la asistencia sanitaria ordinaria y la atención continuada del Equipo.

A la hora de efectuar los calendarios con la distribución del tiempo de trabajo y descanso, con carácter general, se establecerá el disfrute de la libranza del personal del Equipo, de inmediato a la realización de cada guardia de presencia física. Sin que en ningún caso, pueda desplazarse al lunes, y pudiendo únicamente librar un viernes, si se ha realizado guardia el jueves anterior.

También es importante que si se asume por el resto del Equipo de Atención Primaria, la realización del resto de funciones del Centro de Salud tendrá prioridad el descanso tras la guardia (se entiende que no habría obligación de recuperar las horas). Sin embargo, si el Equipo no las asume o no está regulada esta situación en el Reglamento Interno del Centro, para el caso de que no se haya cumplido la jornada en cómputo anual se deberán recuperar las horas no trabajadas por el descanso de guardias y cumplir la jornada anual correspondiente. Dicha recuperación se efectuará en jornada ordinaria de tarde de lunes a jueves.

Lo establecido en esta Resolución de 20 de diciembre de 2013, por la que se establecieron criterios para el disfrute de libranzas en Atención Primaria, entró en vigor el pasado mes de enero.

SEN próximas actividades

Coordinación: Tomás Fernández Fortún. Enfermero.

Yoga y técnicas de relajación

OPCIÓN I:

Todo el año, martes y jueves.

- **Horario:** De 9:30 a 11:00, de 17:30 a 19:00 y 20:00 a 21:30 horas. Posibilidad de Cambios de Turnos.
- **Lugar:** C.C. Teodoro Sánchez, Plaza Mayor de San José, Zaragoza.

OPCIÓN II:

Todo el año, lunes y miércoles.

- **Horario:** De 16:30 a 20:30 horas.
- **Lugar:** Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza. Bretón 48, pral. D.

- **Precios:** 39 euros/mes, enfermeras. 49 euros/mes, no enfermeras. Matrícula gratuita. Incluye clases de 90 minutos, apuntes, encuesta previa individualizada de salud, asesoría salud natural, información actividades gratuitas.
- **Nº alumnas:** Por orden de inscripción.
- **Inscripciones:** Durante todo el año. Tel. 976 437 376. Mail: *tomasnaturista@gmail.com*
- **Programa:** Yamas, niyamas, asanas, pranayama, meditación, técnicas de relajación, ejercicios individualizados.
- **Profesorado:** Dña. Juani Lahuerta Casedas. Profesora de Yoga y Técnicas de Relajación, (Formada en Instituto de Kaivalyadhama, India).

Curso de colorpuntura para enfermería

- **Fechas y lugar:** 10 y 12 de marzo de 2014. Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza. Bretón 48, pral. D.
- **Horario:** De 16:30 a 20:30 horas.
- **Duración:** 8 horas lectivas.
- **Precio:** 40 euros.
- **Nº alumnas:** Por orden de inscripción. Mínimo 12 personas.
- **Inscripciones:** Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza. Bretón 48, pral. Tel. 976 356 492.
- **Profesorado:** Dr. José Mª Calvo. Experto en Cromopuntura y Terapia Floral.

Conferencia: «El enfoque de las constelaciones familiares en la salud y los procesos vitales»

- **Fechas y lugar:** 1 de abril de 2014. Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza. Bretón 48, pral. D.
- **Horario:** De 18 a 20:30 horas
- **Duración:** 2,30 horas.
- **Precios:** Gratuito.
- **Nº alumnas:** Por orden de llegada hasta completar aforo.
- **Inscripciones:** No necesario.
- **Profesorado:** Margarita Lezcano Flores. Enfermera, Postgrado Universitario en «Atención psicológica y espiritual al paciente y su entorno». Especialista en Constelaciones Familiares y Terapia Sistémica.

Curso de iniciación al masaje infantil, reflejo y simple

- **Fechas y lugar:** 5-6 de abril de 2014. C. C. Esquinas del Psiquiátrico. Vía Univérsitas, 30-32. Zaragoza. Tel. 976 723 977.
- **Horario:** Sábado de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00. Domingo de 10:00 a 14:00 horas.
- **Duración:** 12 horas lectivas.
- **Precio:** 95 euros.
- **Nº alumnas:** Máximo de 10, por orden de inscripción.
- **Inscripciones:** Tel: 976 437 376. Mail: *tomasnaturista@gmail.com*
- **Programa:**
  - Sábado: Masaje simple y masaje reflejo podal.
  - Domingo: masaje infantil. Coloquio.
- **Profesorado:** Azucena Martínez Marshall. Educadora de Masaje Infantil de AEMI (Asociación Española de Masaje Infantil). Lola Recuenco Cea. Osteópata y Quiromasajista. Tomás Fernández Fortún. Enfermero. Postgrado en Medicina Naturista.

Curso de kinesiología holística. Testage y regulación desde el sentir

- **Fechas y lugar:** 5-6 de abril de 2014. C. C. Esquinas del Psiquiátrico. Vía Univérsitas, 30-32, Zaragoza. Tel. 976 723 977.
- **Horario:** Sábado de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00. Domingo de 10:00 a 14:00 horas.
- **Duración:** 12 horas lectivas.
- **Precio:** 120 euros.
- **Inscripciones:** Tel: 976 437 376. No necesaria experiencia previa. E-mail: *tomasnaturista@gmail.com*
- **Profesorado:** Silvia Galindo Llatas. Experta en Kinesiología Holítica, I Ching. Licenciada en Ciencias Biológicas, Geobióloga y Naturista.

Curso: «El enfoque de las constelaciones familiares en la salud y los procesos vitales»

Módulo I: Vida, Salud y Bienestar

- **Fechas y lugar:** 26 y 27 de abril de 2014. Centro AMA. Candalija 8, entresuelo dcha. (junto a C/ Alfonso I, 21).
- **Horario:** Sábado de 10 a 14 y 16 a 20 horas. Domingo de 10 a 14 horas.
- **Duración:** Total 36 horas, 12 horas cada taller. Posibilidad de talleres sueltos.
- **Precio:** 90 euros cada taller.
- **Nº alumnas:** Por orden de inscripción. Máximo 30.
- **Inscripciones/Información:** Tel. 605 883 628. E-mail: *margalezcano@hotmail.com*
- **Profesorado:** Margarita Lezcano Flores, Enfermera, Postgrado Universitario en «Atención psicológica y espiritual al paciente y su entorno». Especialista en Constelaciones Familiares y Terapia Sistémica.

Taller de introducción al psicodrama y técnicas activas en grupos

- **Fechas y lugar:** 10 de mayo de 2014. Sábado. C. C. Esquinas del Psiquiátrico. Vía Univérsitas, 30-32. Tel. 976 723 977
- **Horario:** de 10 a 14 y 16 a 20 horas.
- **Duración:** 8 horas.
- **Precio:** 60 euros.
- **Nº alumnas:** Por orden de inscripción. Mínimo 10, máximo 30.
- **Inscripciones:** Colegio Oficial de Enfemería, Bretón 48, pral. D. Zaragoza. Tel. 976 356 492.
- **Profesorado:** Dr. Goyo Armañanzas. Psiquiatra, Psicoterapeuta, Psicodramatísta y Coach. Ha impartido Cursos de Psicodrama en España y fuera de España (Italia, Portugal, Brasil, Colombia, Egipto). Dirige un programa de formación en Psicodrama en Navarra.

Conferencia: Esencias de Triunidad. Usos terapeúticos

Las Esencias Triunidad es un remedio al estilo de los Sistemas de Remedios Energéticos Florales.

- **Fechas y lugar:** 23 de mayo de 2014. Viernes. Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza. Bretón, 48, pral. D. Tel. 976 356 492.
- **Horario:** de 18:00 a 20:00 horas.
- **Precio:** Gratuito.
- **Nº alumnas:** Por orden de llegada hasta completar aforo.
- **Inscripciones:** No necesarias.

Curso: «El enfoque de las constelaciones familiares en la salud y los procesos vitales»

Módulo II: La realización personal: Vida y relaciones saludables

- **Fechas y lugar:** 24-25 de mayo de 2014. Centro AMA. Candalija 8, entresuelo dcha. (junto a C/ Alfonso I, 21).
- **Horario:** Sábado de 10 a 14 y 16 a 20 horas. Domingo de 10 a 14 horas.
- **Duración:** Total 36 horas, 12 horas cada taller. Posibilidad de talleres sueltos.
- **Precio:** 90 euros cada taller.
- **Nº alumnas:** Por orden de Inscripción. Máximo 30.
- **Inscripciones/Información:** Tel. 605 883 628. E-mail: *margalezcano@hotmail.com*
- **Profesorado:** Margarita Lezcano Flores. Enfermera, Postgrado Universitario en «Atención psicológica y espiritual al paciente y su entorno», Especialista en Constelaciones Familiares y Terapia Sistémica.

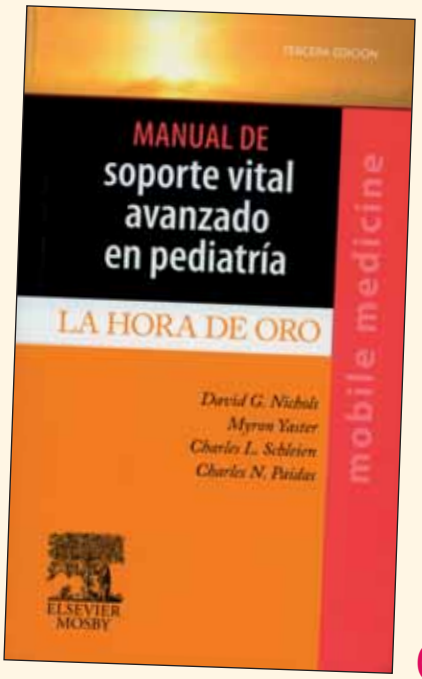
CAJA INMACULADA
Grupo iberCaja

NUESTROS PROFESIONALES LE GUÍAN EN LA INVERSIÓN DE SUS AHORROS

GESTIÓN PERSONALIZADA DEL AHORRO

ENTRE EN NUESTRA OFICINA Y LE ORIENTAREMOS SOBRE CÓMO OBTENER UN MAYOR BENEFICIO DE SUS AHORROS

Banco Grupo Cajamar (2086) S.A.U. C.I.F. A-99298689. Inscrito en el Registro Mercantil de Zaragoza (T. 3816, F. 86, H. Z-51012, Inscrip. 1ª). Domicilio Social: Paseo Isabel la Católica, 6. 50009 Zaragoza.

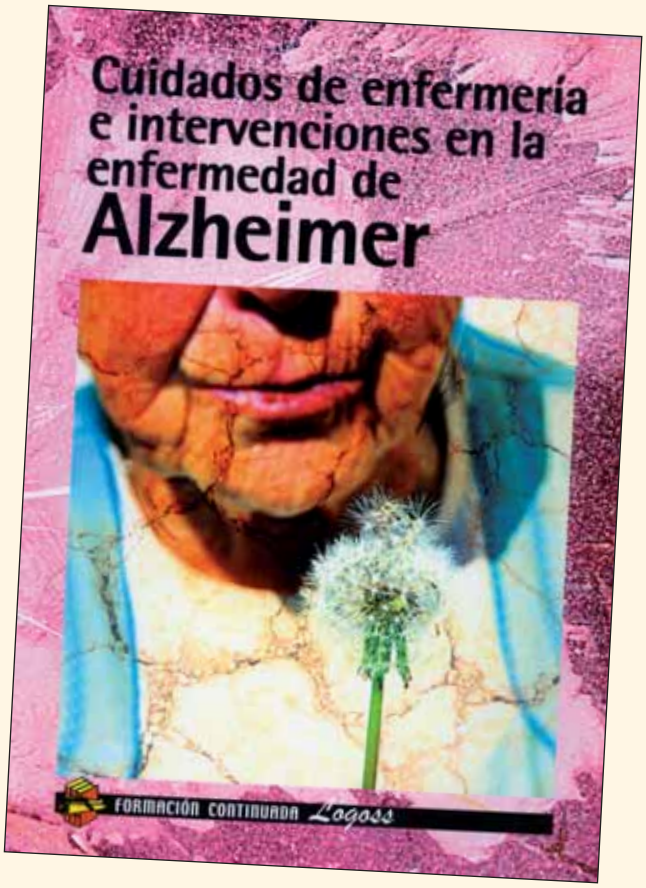


Manual de soporte vital avanzado en pediatría

La hora de oro

Autores: David G. Nichols, Myron Yaster, Charles L. Schleien y Charles N. Paidas.

Edita: Elsevier España, S.L.



Cuidados de enfermería e intervenciones en la enfermedad de Alzheimer

Coordinadora: Ana Belén García Lozano

Edita: Formación Continuada Logoss, S.L.

Medicina de urgencias

Guía terapéutica

Autores: Luis Jiménez Murillo, F. Javier Montero Pérez.

Edita: Elsevier España, S.L.

En la biblioteca del Colegio dispones de diversas Revistas Científicas y de otros Colegios Oficiales.

LAS MUJERES ZARAGOZANAS APUESTAN POR EL DEPORTE

Con el patrocinio de Martín Martín y Zaragoza Deporte, arranca un nuevo reto, que quiere dar la oportunidad de practicar deporte de forma sana y divertida a las mujeres de Zaragoza.

El objetivo que se propone es completar los 10 km. el día 8 de junio de la carrera más popular y participativa de Aragón, **La Caixa 10k Zaragoza Gran Premio Corte Inglés.**

Para ello contarán con un amplio equipo técnico de preparación física y asesoramiento médico-deportivo. Con dos días por semana y un tercero de actividad deportiva libre, el **Reto 10k** pone las bases para que mujeres que no hayan hecho nunca carrera continua, *running,* o practiquen deporte de forma moderada, lo hagan de una forma positiva, amena y conociendo a mujeres que quieren compartir toda una aventura personal.

Inscripciones: www.100 pieseventos.com

***El Plan Laborables da derecho a esquiar en todas las estaciones del Grupo Aramon los días verdes y amarillos del calendario de temporada e incluye dos días gratis de esquí en días rojos.**

NUEVA CONVOCATORIA DEL PROGRAMA FOCUSS

focuss

GOBIERNO DE ARAGON
Departamento de Sanidad, Bienestar Social y Familia

IACS Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud

El Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud, ha publicado la 9ª Convocatoria de su formación de profesionales sanitarios, a través de su Programa Focuss

Formación organizada en competencias utilizadas en el Sistema de Salud

El Programa Focuss es un método de formación para profesionales del Sistema Sanitario Público de Aragón, que consiste en estancias formativas cortas de carácter práctico, en centros sanitarios aragoneses y sus criterios de selección, priorizan a aquellos profesionales que precisan de una determinada formación en su actividad diaria. El Programa facilita el acceso a una formación práctica, organizada, de calidad y evaluada. Está dirigido únicamente al aprendizaje práctico de técnicas diagnósticas, terapéuticas, de gestión o de comunicación. Se desarrolla en una serie de estancias en centros de salud y hospitales aragoneses durante las cuales, profesionales expertos en determinadas técnicas ofrecen formación de manera directa a los alumnos seleccionados.

En esta edición que ahora comienza, se tiene prevista la realización de 85 programas, alrededor de 500 docentes y 500 alumnos, y un total de 72 centros participantes.

Un Programa de formación Focuss, puede ser solicitado por cualquier trabajador del Sistema Sanitario Público de Aragón, siempre y cuando cumpla los requisitos previos aceptándose todas las solicitudes que estén correctamente cumplimentadas, **selladas y firmadas** y que se reciban en el IACS (por correo o entrega en mano, ya que es necesario presentar los originales) hasta el **16 de marzo de 2014.** En caso de ser enviada la solicitud por fax (976 714 670), el original deberá remitirse también por correo.

MÁS INFORMACIÓN:

Teléfonos: 976 716 782 y 976 716 862. **Correo:** ***focuss@aragon.es***

www.ics.aragon.es/awgc/contenido.busquedapredefinidas.do?idBusqueda=focuss

CONVOCATORIA DE PREMIOS DE ENFERMERÍA

Premio Cristalmina® de Enfermería 2014
1ª Edición

Tema de la convocatoria:

Procedimientos o casos clínicos en los que se utilice Cristalmina®, gluconato de clorhexidina 1%, en sus diferentes presentaciones (Cristalmina 10 mg/ml solución para pulverización cutánea, Cristalmina solución o Cristalmina Film).

Dotación:

Un premio de 1.500 euros.

Fecha límite recepción de trabajos:

26 de septiembre de 2014.

Descargar PDF completo de la convocatoria en:

http://www.e-rol.es/noticias/pdfs/ConvocatoriaCristalmina2014.pdf#zoom=75

Premio Nobecutan® de Enfermería 2014
5ª Edición

Tema de la convocatoria:

Procedimientos de cuidados de cualquier área asistencial en los que se aplique Nobecutan®.

Dotación:

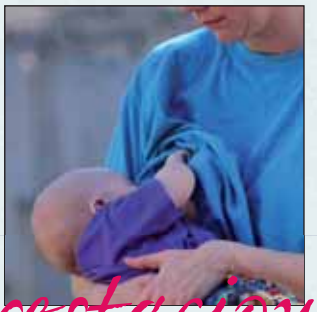
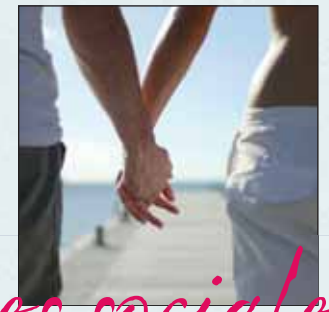
- Un primer premio de 2.000 euros.
- Un segundo premio de 1.500 euros

Fecha límite recepción de trabajos:

26 de septiembre de 2014.

Descargar PDF completo de la convocatoria en:

http://www.e-rol.es/noticias/pdfs/PremioNobecutan2014.pdf#zoom=75

prestaciones sociales

BASES

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

MATRIMONIO –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 descuentos para colegiados en función de los Convenios firmados: www.ocez.net/accion_social.htm DESCUENTOS.

normas de colaboración

Pueden colaborar con **Noticias de Enfermería**, 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», cuya última revisión de la traducción al español (2007) se encuentra en www.metodo.uab.es/enlaces.htm

3
El texto de los trabajos no debe ser superior a ocho folios de 32 líneas cada uno. Deben acompañarse de fotografías, dibujos o gráficos que los ilustren, que no entran en el cómputo de los ocho folios y que se publicarán a juicio del Consejo de Redacción y según el espacio disponible. 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 podrán presentarse mecanografiados, o en formatos informático o digital, –preferentemente 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: 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: prensa@ocez.net • enfermeria@ocez.net

prestaciones colegiales

ASESORÍA JURÍDICA

Juan Carlos Campo Hernando.
Paula Hormigón Solas.

Horario de atención en la Sede Colegial, previa petición de hora.

Lunes y jueves, de 17:30 a 19:00 horas.
Martes y miércoles, de 12:00 a 13:30 horas.

ASESORÍA FISCAL Y TRIBUTARIA

Jesús Fernández Asensio.

Avda. Goya, 28, esc. II, 1º dcha. 50006 Zaragoza.
Tel. 976 223 768

Horario de atención, de 16:00 a 20:00 horas, previa petición de hora. Tramitación gratuita de la jubilación.

SERVICIOS GENERALES

Atención inmediata por parte del Presidente.
Horario de 11:00 a 13:00 horas.
Casos urgentes, teléfonos:
Presidente 629 420 641 • Secretario 630 926 343.

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.

Entradas bonificadas para los teatros Principal y del Mercado de Zaragoza.

Conexión a internet.

PRESTACIONES SOCIALES

Ayudas por matrimonios, nacimientos y defunciones.

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

Amplia 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 4.200 volúmenes y 5.200 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 posters 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 en la web 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.

SERVICIO DE BANCA VIRTUAL

bankinter

CONVENIOS DE COLABORACIÓN

CAI

TEATRO PRINCIPAL

Sabadell

EUROPA ELECTRODOMÉSTICOS

Aquum

OPTICA PARQUE

HG www.hoteleshg.com

RIFERDI joyería

PREVISIÓN SANITARIA NACIONAL

QUIRÓN GRUPO HOSPITALARIO

TRANQUILLITY Centro de Bienestar

A.M.A. agrupación mutual aseguradora

SOTO del Canal

LAS BUGANVILLAS RESIDENCIA 3ª EDAD

Atracciones

asisa

Consultar condiciones en www.ocez.net

COLEGIO OFICIAL ZARAGOZA

no te arruines la vida

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