

50

Noticias de Enfermería



N.º 50 ■ ENERO-FEBRERO 2006 ■ PERIODICIDAD BIMESTRAL



COLEGIO OFICIAL
ZARAGOZA



Fotos: Xavi Buil.

Noticias de Enfermería

AÑO VIII NÚM. 50
ENERO-FEBRERO 2006

Director:

Juan José Porcar Porcar.

Consejo de redacción:

Vicente Luis Moreno. José Luis Bancalero Flores.
M.ª Carmen Gracia Cirugeda. A. Carmen Longares
Longares. Ricardo Villarroya Villagrasa. Blanca
Jiménez Alcántara. Emmanuel Echániz Serrano.
Belén Val Lechuz. Inmaculada Marco Arnau.
Asunción Andía Navarro.

Redactor Jefe:

Francisco Núñez Arcos.

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

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

Toma de posesión de la Junta de Gobierno.

Condecoraciones para Máximo González Jurado y Ángel Andía Leza.

Asamblea General Ordinaria.

Noticias Delegación Calatayud. Primer Aniversario de Enfermería de Calidad.

Analgesia con catéter epidural en el dolor postoperatorio.

Cirugía menor en Atención Primaria. Deshabituación tabáquica.

50 números de Noticias de Enfermería.

Premios en la modalidad de Fotografía Científica.

Los Jubilados de Enfermería no reblan.

El Parlamento Europeo defiende la libertad de expresión y religiosa.

Ley de espectáculos públicos, actividades recreativas y establecimientos públicos.

Homologación Especialidad Enfermería de Empresa/Trabajo.

Convalidación del título de ATS por el de Diplomado en Enfermería.

Nueva Sentencia Condenatoria por agresiones.

Aumento de usuarios en el Salud.

23

colaboración

Yoga de la risa.

Unidades del tratamiento del dolor.

26

atención primaria

Prevención de Riesgos: Citotóxicos o citostáticos. Primer Premio Adultos.

27

III concurso de narrativa corta y cuentos

«El Cerro de Las Angustias» de M.ª Isabel Riezu Ochoa. Primer Premio Adultos.

38

enfermería de urgencias

Técnicas de enfermería para la administración de fármacos en el Soporte Vital Avanzado.

44

salud mental

Asociación de Enfermeros Especialistas en Salud Mental de Aragón AENESMA.

46

enfermería naturista

2º Curso teórico-práctico de Cuidados Naturales y Terapias Alternativas en Enfermería.

Curso de Fitoterapia y Farmacia Natural para Enfermería.

49

viajes

Orienta. Viaje de autor a India y Nepal.

Otra forma de viajar: Turismo para Desarrollo Sostenible.

Club del Viajero.

53

libros

46

agenda

XIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica.

XXI Reunión de la Sociedad Europea de Medicina Natural Clásica.

Bases prestaciones sociales. Servicios Colegiales.

Respaldo y Reconocimiento



Bien es cierto que las nuevas tecnologías van ganando terreno a la prensa escrita y en el Colegio las vamos implantando a la velocidad que nos permiten nuestras posibilidades. Así, además de la información que nuestros colegiados reciben cuando visitan nuestra sede, o mediante sus contactos telefónicos, cada vez es mayor la que se les hace llegar por los medios más actuales, página web y correo electrónico, que permiten una mayor fluidez en las comunicaciones, particularmente las convocatorias urgentes de oposiciones, demandas de trabajo, etc. A pesar de todo ello, **Noticias de Enfermería**, la revista del Colegio, nuestra revista, está viva, se reafirma como una publicación vanguardista. Desde que comenzó una nueva etapa de su andadura, allá por 1997, **Noticias de Enfermería**, siempre ha informado con precisión de todos los acontecimientos que han acaecido durante estos años, desarrollando su función puntualmente.

Con la publicación de este número 50 que tienes en tus manos, con un diseño y presentación distinta de la habitual, desde **Noticias de Enfermería**, queremos rendir un homenaje a vosotros nuestros lectores y colaboradores, agradeciéndoles vuestro apoyo y fidelidad.

Los temas que ocupan las páginas de este número son de la más posible actualidad, teniendo en cuenta la periodicidad de esta publicación. Incluyen amplias reseñas de los Actos de Toma de Posesión y Entrega de Condecoraciones, en los que contamos con la presencia de nuestro Presidente nacional Máximo González Jurado, que ha hecho entrega a Ángel Andía de

la Encomienda de Plata que le ha concedido la Organización Colegial, a la vez que él mismo ha recibido –con sorpresa incluida– la Insignia de Oro y Diamantes que la Junta de

Gobierno del Colegio de Zaragoza le había concedido recientemente. Su presencia en nuestros actos ha supuesto un importante respaldo y reconocimiento al trabajo y dedicación de todos los que estamos al servicio de los colegiados de Zaragoza.

Completan este número 50 de **Noticias de Enfermería**, distintas colaboraciones de profesionales y asociaciones, además de otros temas y noticias de interés para los colegiados. Como ya hemos hecho en otras ocasiones pido a todos colaboración en forma de trabajos o ideas, ellas nos servirán para hacer mejor nuestra publicación. En nuestro próximo número nos referiremos ampliamente a los actos con motivo de la celebración de nuestro Patrón, San Juan de Dios, con las entregas de la insignia de Oro y Diamantes a nuestro compañero Manuel Sardaña y la Medalla de Oro al Mérito Profesional al equipo humano del Hospital San Juan de Dios de Zaragoza, que hemos efectuado estos días.

Un abrazo para todos,

Juan José Porcar Porcar
Presidente

Una jornada para el recuerdo:

Toma de posesión de la Junta de Gobierno

Francisco Núñez Arcos

Reportaje gráfico de Xavi Buil



«La Enfermería se merece lo mejor».
—Juan José Porcar, presidente—



Máximo González Jurado (centro) con Antonio Brun Macipe y Juan José Porcar.



Secretario, presidente y vicepresidente, los primeros en tomar posesión de sus cargos.

El respaldo a la nueva Junta de Gobierno ha sido total el día de la ceremonia oficial de juramento y toma de posesión de sus cargos. No es habitual que este tipo de actos esté presidido por la más alta autoridad de la Enfermería española, pero con el Colegio de Zaragoza se ha hecho una excepción y Máximo González Jurado, presidente del Consejo General de Colegios Oficiales de Enfermería de España, ha hecho un hueco en su apretada agenda y respaldado con su presencia el Acto de toma de posesión.

Sobrio, solemne y vistoso a la vez. Ante un ejemplar de la Constitución Española, con las banderas Nacional, de Aragón y de Zaragoza como fondo, cada uno de los miembros de la Junta de Gobierno ganadora de las últimas elecciones ha jurado o prometido sus respectivos cargos. El primero en hacerlo ha sido el secretario, que posteriormente daría fe del juramento de cada uno de los miembros restantes de la Junta: presidente Juan José Porcar Porcar, vicepresidente Vicente Luis Moreno, tesorera M^a Carmen Gracia Cirugeda y vocales Ani Carmen Longares Longares, Ricardo Villarroja Villagrana, Blanca Jiménez Alcántara, Emmanuel Echá-



El presidente nacional entrega su credencial a la tesorera.



La vocal Ani Longares tras prestar juramento de su cargo.

niz Serrano, Belén Val Lechuz, Inmaculada Marco Arnau y Asunción Andía Navarro. Como testigos de excepción, además del Presidente Nacional, más de un centenar de invitados abarrotaban el salón del Meliá Zaragoza habilitado al efecto. Estaban presentes todos aquellos convocados por el Colegio, imprescindibles para refrendar el momento: representantes del Salud del Gobierno de Aragón, diputados de las Cortes y de la Escuela de Ciencias de la Salud, presidentas de los Colegios de Odontólogos y Podólogos de Aragón, además de los varones primeros mandatarios de los Colegios de Médicos y Veterinarios, de los Colegios de Enfermería de Huesca y Pamplona y miembros de sus Juntas de Gobierno. Completando, un sin fin de representantes del mundo sanitario aragonés: director del Hospital de la Defensa de Zaragoza, presidenta del Grupo Hospitalario Quirón, direcciones de Enfermería de Hospitales, Sectores y Centros de Zaragoza, Medallas de Oro y Comisiones de Ética y Científica del Colegio de Enfermería de Zaragoza, representantes sindicales del SATSE y CSI-CSIF, Asociaciones de Enfermería... Un muy amplio número de amigos del Colegio y de su Junta de Gobierno que ratifica-



Ricardo Villaroya recoge su credencial como Vocal II.



Blanca Jiménez después de pronunciar la fórmula establecida.



Belén Val estrena Vocalía de Matronas.



Inmaculada Marco, responsable de la Vocalía de Salud Mental.

El Vocal de Urgencias, Emmanuel Echéniz hace oficial su nombramiento.



Asunción Andía, Vocal de Enfermería del Trabajo, es felicitada cariñosamente por Máximo González.



ron y respaldaron con su presencia la toma de posesión de los reelegidos y nuevos miembros de la Organización Colegial de Zaragoza, a los que la mayoría de los colegiados les ha confiado la responsabilidad de regir los destinos colegiales durante los cinco años de la presente legislatura.

Tras el acto, el reelegido Juan José Porcar Porcar se dirigió a los presentes. En una emocionada alocución, el presidente agradeció especialmente la presencia de Máximo González Jurado, pidiéndole que transmitiera este agradecimiento al Consejo General. Hizo un breve repaso de los éxitos de la profesión en los últimos tiempos, gracias al trabajo conjunto y coordinado de los Colegios Oficiales y el propio Consejo General y se puso a disposición de toda la Enfermería zaragozana para trabajar por y para la profesión. «La enfermería se merece lo mejor y vamos a intentar conseguirlo. Con vuestra ayuda, con la ayuda de todos» —expresó al final de sus palabras.

Finalizado el Acto de toma de Posesión se procedió al de entrega de condecoraciones, del ofrecemos reseña en otras páginas de esta revista. ■

Condecoraciones

Máximo González Jurado y Ángel Andía Leza, reciben la Insignia de Oro y Diamantes del Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza

El acto de entrega de condecoraciones estuvo revestido de un ambiente cálido y familiar, de una especial emoción, donde la ternura se confunde con el cariño y el afecto. Los premiados, dos pesos pesados de la Enfermería en sus respectivos ámbitos: Máximo González Jurado, –presidente del Consejo General de Colegios Oficiales de Enfermería de España, motor y líder de la profesión enfermera, 34 años en la profesión, que ostenta la representación de los más de 220.000 profesionales españoles integrados en la Organización Colegial– y Ángel Andía Leza, –aragonés de Luceni, en la profesión desde 1952, que lo ha sido todo en la enfermería zaragozana, dentro y fuera de la Organización Colegial: vocal del SATSE, fundador del CEMSATSE, coordinador de Enfermería en Épila, vocal APD, secretario y vicepresidente de distintas Juntas de Gobierno del Colegio–, que disfrutaban del cariño y admiración de todos los presentes.

En el turno de intervenciones, especialmente emotiva la de Ángel Andía, que reproducimos aparte. Juan José Porcar dijo refiriéndose a Máximo González Jurado: «Espero que recibas esta insignia y la conserves con el mismo cariño que la Junta de Gobierno del Colegio te la ha concedido... adquirirá más valor cuando la coloques junto a la Gran Cruz de la Orden Civil de Sanidad o próxima al Gran Collar de Enfermería que ya posees. Es un honor que la hayas aceptado y que podamos entregártela hoy».

Respecto a Ángel Andía, vocal, vicepresidente y sobre todo amigo de Juan José Porcar, el presidente lo definió como «leal, honrado, trabajador, enamorado de la profesión, luchador incansable, un ejemplo a seguir». «Ángel, es un orgullo para nosotros haberte tenido en la Junta del Colegio, y por encima de todo, insisto, en tenerte como amigo».



Máximo González Jurado, Insignia de Oro y Diamantes del Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza.



El Presidente Nacional destacó el buen momento de la Organización Colegial.



Ángel Andía Leza, Encomienda al Mérito Colegial en su categoría de Plata

Entregadas las insignias de oro y diamantes del Colegio, Máximo González Jurado procedió a imponer a Ángel Andía la Encomienda al Mérito Colegial en su categoría de Plata concedida por el Consejo General de Colegios Oficiales de Enfermería de España.

Antes de que el presidente nacional pronunciara su alocución, hizo uso del turno de palabra Antonio Brun Macipe, Director Gerente del Servicio Aragonés de Salud del Gobierno de Aragón, que agradeció a todos su presencia e hizo una glosa de los condecorados y deseó toda clase de aciertos en su gestión a los miembros de la nueva Junta de Gobierno del Colegio.

Las palabras de clausura estuvieron a cargo de Máximo González Jurado, que expresó su honor, satisfacción y agradecimiento a la Junta de Gobierno por la concesión de la insignia de Oro y Diamantes. En una brillante disertación, hizo un breve y conciso recorrido por la trayectoria de la Organización Colegial, destacando su buen momento, se mostró totalmente partidario de la colegiación obligatoria y dedicó un emotivo recuerdo a la figura de Alberto Alonso, fallecido a mitad de la legislatura para la que había sido elegido presidente del Colegio de Zaragoza.

Elogió la figura y trayectoria de Ángel Andía al que se le ha otorgado la mayor condecoración que concede el Consejo General, destacando su generosidad y afirmando: «Ángel es, más que un profesional, un profesional bueno».

Antes de clausurar los actos, Máximo González legitimó los resultados de las últimas elecciones y a la Junta de Gobierno ganadora, afirmando que ambas candidaturas eran «muy buenas candidaturas».

Un vino español servido en los mismos salones en los que se habían celebrado los actos fue la excusa para que los presentes se desconectarán del quehacer diario y compartieran un agradable final de jornada. ■



Alocución de ÁNGEL ANDÍA LEZA, Encomienda de Plata de la Organización Colegial e Insignia de Oro y Diamantes del Colegio de Enfermería de Zaragoza

*Excelentísimos e Ilustrísimos señores y señoras,
compañeras y compañeros de profesión,
amigos y amigos todos:*

Es para mí un orgullo haber recibido estas preciadas condecoraciones.

Gracias D. Máximo, gracias al Consejo, gracias Juanjo. ¡¡Querido amigo Juanjo !! Sabes que puedes contar siempre conmigo para lo que quieras, aunque no te perdono este acongojamiento que me estás haciendo pasar.

Es mi mayor deseo ofrecer este gran momento en el que acabo de recibir la Encomienda de Plata de la Organización Colegial y la Insignia de Oro y Diamantes del Colegio de Enfermería de Zaragoza a todos aquellos amigos y compañeros que han compartido conmigo distintas etapas de mi vida personal y profesional.

Especialmente comparto estas condecoraciones con mis hijos y con mis nietos, y muy especialmente lo hago contigo Esperanza. Tú eres la que merece de verdad este homenaje, por todo lo que me has aguantado durante estos años y por eso solicito para ti un fuerte aplauso.

La comparto también con mis compañeros de la Junta de Gobierno, con la Asociación de Mayores, con don Juan Carlos Campo, con don Francisco Núñez, «Paco», con las secretarías del Colegio, con las diferentes Asociaciones del Colegio, en fin... con todos.

Gracias a todos, no podéis ni suponer los momentos de felicidad que estoy disfrutando y quiero hacer partícipes de mi agradecimiento, tanto al Consejo General de Colegios de Enfermería como al Colegio de Zaragoza, mi Colegio.

Hoy puedo decir que se han colmado mis aspiraciones profesionales.

Gracias a todos y un fuerte abrazo. ■



Asamblea General Ordinaria

F.N.A./Redacción.

Fotos: Ricardo Villarroya.

El pasado día 27 de enero se celebra en la sede del Colegio de Enfermería la Asamblea General Ordinaria. Tras la reglamentaria identificación de los asistentes, se les hace entrega de una copia del Acta de la Asamblea General Ordinaria del pasado año, junto con una copia de la propuesta de presupuestos elaborada por la Junta de Gobierno para el ejercicio del 2006 y otra hoja en la que se refleja la propuesta de honorarios mínimos orientativos para la actividad quirúrgica privada de enfermería, en la que se contemplan las ayudantías y los instrumentistas.

A continuación, el presidente Juan José Porcar da la bienvenida a la Asamblea a todos los asistentes y les agradece su presencia en la misma. Posteriormente el Secretario procede a la lectura del Acta de la asamblea anterior, que tras ser sometida a votación, es aprobada por unanimidad de los asistentes.

El presidente, previamente al estudio, valoración y aprobación de los presupuestos para el año 2006, hace un repaso de las actividades más notables del período que ha finalizado. Destaca, en el ámbito nacional, la aprobación del Real Decreto sobre las Especialidades de Enfermería, informando de los trabajos que se están desarrollando actualmente coordinado con la Escuela de Ciencias de la Salud tanto para el desarrollo de dicha ley, como para la nueva licenciatura. Asimismo comunica las Resoluciones aprobadas en el

Consejo General de Enfermería en las que se establece la cuota colegial mensual, fijada 17,35 euros. De igual manera notifica la mejora de la Póliza de Responsabilidad Civil que protege a cada uno de los colegiados con 1.803.000 euros y hasta un máximo de 12.600.000 euros.

En el área provincial señala la aprobación de los Estatutos del Colegio Oficial de Enfermería, y su publicación en el BOA nº 73 de 20 de junio pasado. Da cuenta de la formación de la Plataforma de Jubilados de Enfermería, —de la que es presidente—, junto al SATSE, con el fin principal de la defensa de las reivindicaciones de los jubilados —en definitiva la defensa de la Enfermería— respecto a la pérdida del Complemento de su pensión.

Destaca, por otra parte, que el Colegio de Enfermería de Zaragoza es el único colegio nacional que ha desarrollado un servicio integral gratuito de apoyo a las agresiones y malos tratos que sufre la enfermería en los puestos de trabajo.

Notifica la mejora de los convenios existentes con distintas entidades bancarias y sanitarias, del apoyo y ayuda a la promoción del Colegio de Enfermería que ha celebrado los 25 años de profesión, de las ayudas económicas a nacimientos, matrimonios, defunciones, becas y ayudas a la formación por un importe de más de 50.000 euros y de la informatización de la biblioteca, que cuenta

con más de 3.300 volúmenes y 3.500 revistas especializadas. Hace especial mención a la realización de medio centenar de cursos de formación continuada subvencionados al 50% por el Colegio, destacando la realización de la 2ª edición del Curso de Experto Universitario en Urgencias y Emergencias.

Comunica a los asambleístas la firmeza del apoyo global a la Delegación colegial de Calatayud, así como a los problemas de su hospital comarcal en cuyas gestiones de solución interviene activamente la asesoría jurídica.

Finaliza su intervención informando a la Asamblea de que el Colegio ha tenido la correspondiente representación Institucional en todos y cada uno de los eventos locales, autonómicos y nacionales en los que ha participado la enfermería.

Sometidos a votación los presupuestos para 2006, son aprobados por la mayoría de los asistentes, registrándose una abstención. Los presupuestos, de igual forma que la convocatoria de la Asamblea, han permanecido expuestos en la página web y en el tablón de anuncios de este Colegio con la antelación estipulada en los Estatutos vigentes.

Según el Orden del Día de la reunión, se trata a continuación el tema de los honorarios mínimos orientativos para la actividad quirúrgica de enfermería, con intervenciones de los colegiados



Lectura y aprobación del acta de la Asamblea anterior.

Antonio Miñana, Tomás Fernández y Mari Luz Hualde, más otros que no se identifican en su intervención. Se somete a votación, aprobándose el apartado de ayudantías y quedando pendiente la formación de una comisión que trabaje en el apartado de instrumentistas e incluso de ayudas a anestesiología.

La colegiada Ruiz Marcellán pregunta sobre la carta que ha llegado de firma de una póliza gratuita para todos y cada uno de los colegiados por PSN, que el secretario explica con detalle, y la colegiada M^a Jesús Barrado pregunta sobre cómo será la convalidación hacia el grado de las actuales enfermeras, a la que contestan el presidente y el secretario.



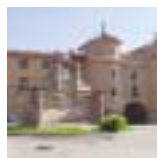
La Asamblea aprobó los presupuestos de 2006 con una sola abstención.

Para finalizar, el presidente hace referencia a las recientes elecciones celebradas, en las que la enfermería ha demostrado su madurez, afirmando rotundamente que los tiempos turbulentos vividos por la enfermería zaragozana ya son historia. Ha sido un proceso limpio, serio y que ha sido calificado de transparente incluso por el Justicia de Aragón, remarcó Juan José Porcar, que desde el mismo momento de su victoria electoral se comprometió, y sigue comprometido, en la lucha por la enfermería zaragozana y en conseguir que todos los enfermeros, votaran a quien votaran, se sientan iguales, pues esta Junta de Gobierno es la de todos los enfermeros de Zaragoza. ■



El presidente hizo un repaso de las actividades más notables del año 2005.

Noticias Delegación Calatayud



ORGANIZACIÓN
COLEGIAL DE ENFERMERÍA
Colegio Oficial de Zaragoza
Delegación Calatayud



Primer aniversario de «Enfermería de Calidad»

La publicación de la Unidad de Calidad Asistencial del Hospital «Ernest Lluch Martín» **Enfermería de Calidad** de Calatayud tiene a disposición de sus lectores el número 6, del mes de enero, que corresponde al de su Primer Aniversario.



ENFERMERÍA DE CALIDAD
Unidad de Calidad Asistencial

Nº 6. ENERO 2006



Hospital "Ernest Lluch Martín"

Felicitemos a **Enfermería de Calidad** y, en la persona de su «alma mater», Natalia Casanova, a toda la Enfermería bilbilitana. Le deseamos siga con la brillante trayectoria que ya tiene en marcha, informando sobre las actividades de los profesionales del Ernest Lluch y difundiendo los éxitos de la profesión. Sus trabajos son la principal fuente de noticias de la Delegación del Colegio de Enfermería en Calatayud para esta nuestra Revista **Noticias de Enfermería**. ■

Analgesia con catéter epidural en el dolor postoperatorio

La unidad de enfermería de quirófano presentó el pasado mes de noviembre un póster titulado «Analgesia con catéter epidural versus analgesia endovenosa en el tratamiento del dolor postoperatorio» en el XIX Congreso Nacional de la Asociación Española de Enfermería en Anestesia, Reanimación y Terapia del Dolor «Cuidamos aliviando el dolor», celebrado en Sevilla. Destacamos de sus conclusiones que la analgesia por

vía intravenosa en perfusión continua se ha mostrado en nuestro medio superior a la analgesia con catéter epidural. El dolor es menos frecuente, así como los efectos secundarios y la necesidad de analgesia de rescate. Todo ello determina en último término un mayor grado de satisfacción de los pacientes.

El póster puede consultarse en el despacho de enfermería de quirófano. ■

Ana Albizu, Carmen Jiménez,
Feli Muñoz y Karin López junto
al Póster presentado.



Cirugía menor en Atención Primaria

Federico de Lara Pasquín

Enfermero del Servicio de Dermatología del Hospital Ernest Lluch

Durante el pasado mes de noviembre se celebró un curso dirigido a los equipos de Atención Primaria de Sabiñán, Villarroya y Ariza, sobre «Cirugía menor en dermatología», siguiendo la política de mejora de la calidad de la asistencia y de puesta al día en técnicas quirúrgicas del Servicio de Dermatología, por parte del Jefe del Servicio, el Dr. Servando Marrón. La asistencia fue numerosa y el interés alto en cada uno de los centros. La metodología de trabajo incluyó exposición teórica con proyección de audiovisuales y un desarrollo práctico con intervenciones en «vivo» de diversos pacientes seleccionados previamente.

Durante el desarrollo de los cursos se capacitaba a los participantes en el diagnóstico y diagnóstico diferencial de las



Federico de Lara y Eva Negredo.
Curso de Cirugía Menor C.S. Ariza

patologías a tratar en el Centro de Salud, que básicamente son: fibromas blandos, queratomas seborreicos, verrugas vulgares, nevus sin signos de alarma, queratomas actínicos incipientes, queloides y cicatrices hipertróficas, así como en las técnicas más idóneas para cada caso.

Se hizo especial énfasis en la cumplimentación de los documentos de registro, de consentimiento informado y de remisión de piezas quirúrgicas al Servicio de Anatomía Patológica.

La respuesta y la valoración de los participantes, tanto enfermeras como médicos fue muy positiva, cumpliéndose las expectativas y los objetivos previamente planteados.

Con estos cursos se completa la formación en «Cirugía Menor en Dermatología» en nuestro Sector de Salud que se inició en 1997, y que ha llegado a todos los equipos de Atención Primaria. Aparece así una nueva prestación ofrecida a los ciudadanos desde los Centros de Salud. ■

Deshabitación tabáquica

M^a Rosario Torcal.

Enfermera. Centro de Salud Calatayud Norte

La lucha contra el tabaquismo está de moda y cuenta con el apoyo de las principales instituciones sanitarias. Aunque la mayor parte del trabajo de la enfermería en este tema se ha centrado en el control y seguimiento de patologías crónicas, actualmente, la deshabituación tabáquica, y por lo tanto la prevención, debe ir sustituyendo al mero tratamiento. Las enfermeras estamos en contacto continuo con la población, por la relación terapéutica que se establece y la confianza que los pacientes tienen en nosotros, lo que nos permite abordar el problema del tabaquismo de una manera más fácil para ellos.

Uno de los proyectos incluidos en el Programa de Apoyo a las Iniciativas de Mejora de la Calidad en el Servicio Aragonés de Salud en 2005 fue el elabora-

do por una comisión primaria, especializada de nuestro Sector, sobre el abordaje del tabaquismo.

Los pilares de este proyecto son:

- Deshabituación tabáquica de los trabajadores del sector.
- Formación, a profesionales, en deshabituación tabáquica.

Por esto, el sector de Calatayud ofrece a los trabajadores del Salud que deseen abandonar el hábito tabáquico, la posibilidad de acudir a una consulta, preparada para tal fin, en la que se ofrece apoyo psicológico y farmacológico.

Las responsables de la consulta son: M^a Victoria Palomero (psiquiatra) y Elena Vicente (psicóloga).



M.ª Rosario Torcal entre José Codes y Melchor Solano.

Por otro lado, durante los meses de febrero, marzo y abril se van a realizar cursos de formación a profesionales, en cada uno de los centros de salud y en el hospital Ernest Lluch, impartidos por los siguientes profesionales de primaria: José Codes Gómez (Médico), Melchor Solano Camón (Médico) y M^a Rosario Torcal Casado (Enfermera). Los horarios y las fechas serán convenidas con cada centro.

¡Anímate y corta por lo sano!

bankinter comercializa la tarjeta solidaria dentro de su programa de acción social



Bankinter continúa comercializando productos financieros ligados a su proyecto de Acción Social, en el que la Entidad se ha comprometido estratégicamente, poniendo las mejores capacidades de que dispone el banco –basadas en la tecnología, la innovación y la calidad de sus productos– al servicio de los más desfavorecidos o de las personas con discapacidad.

El último de los productos lanzados por Bankinter es la nueva «Tarjeta Solidaridad». Se trata de una tarjeta de crédito exclusivamente de pago aplazado que puede ser utilizada tanto para compras en comercios como para disposición de efectivo en cajeros de cualquier red. La característica fundamental de esta tarjeta, y lo que le dota de su carácter social, es que destina el 1% del importe de las compras que se realicen en comercios a proyectos de Acción Social promovidos por el Banco. En ese sentido, los fondos obtenidos servirán para sufragar la apertura de nuevos Centros de Alfabetización Tecnológica similares a los dos que se pusieron en marcha durante 2004 en Madrid (en el barrio de Vallecas) y en Sevilla (en el barrio de Su Eminencia), y que, al igual que ellos, formarán parte de la llamada «Red Conecta».

La nueva «Tarjeta Solidaridad» cuenta, como producto financiero, con interesantes condiciones: tiene un límite de 3.000 euros y no lleva aparejada ningún tipo de cuota de mantenimiento, es decir, comisión 0 de por vida. Asimismo, tiene un tipo de interés anual de los más atractivos del mercado para un producto de estas características, del 9,40% TAE. Con esta tarjeta, el cliente puede optar entre pagar un porcentaje mensual de lo consumido (entre un mínimo de un 10% y un máximo del 30%) o bien optar por un importe fijo a partir de 60 euros.

La «Tarjeta Solidaria Bankinter» es el segundo producto financiero que pone en marcha la Entidad ligado a algún proyecto de Acción Social después del lanzamiento en el mes de noviembre de 2003 del fondo de inversión «Bankinter Solidaridad, FI», el primer fondo en España que cedía todas sus comisiones a una causa social, como era la creación de Centros de Alfabetización Tecnológica para personas desfavorecidas. Estos Centros tienen como objetivo facilitar el acceso a las nuevas tecnologías de la información a los sectores de población con mayor riesgo de exclusión social, como los jóvenes, los adultos desempleados o la población inmigrante. Tanto los centros ya existentes, como los próximos que sean creados gracias a los ingresos derivados de la nueva tarjeta, forman parte de la llamada «Red Conecta», una iniciativa liderada por la Fundación Esplai.

Quienes tengan interés por solicitar una «Tarjeta Solidaridad», con las mejores condiciones del mercado, y participar a la vez en uno de los proyectos de Acción Social de Bankinter, no tienen más que llamar al **901 116 206** o acudir al Colegio.

50

números de Noticias de Enfermería

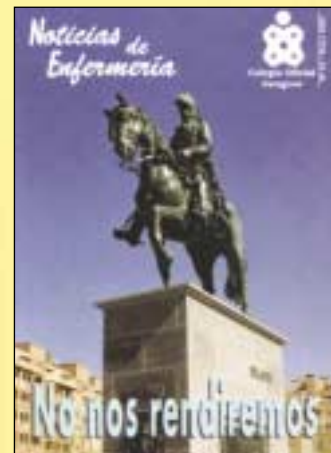
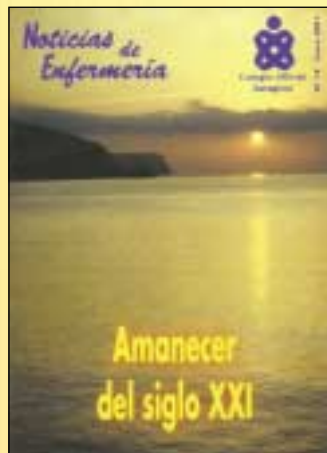
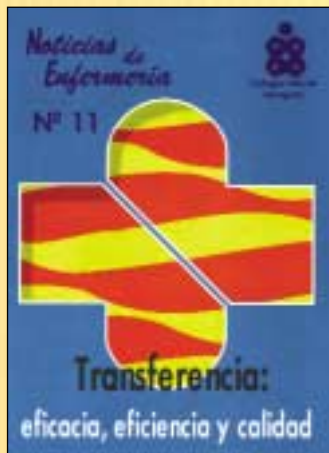
Un número redondo. Una etapa cubierta. La actual singladura de **Noticias de Enfermería** daría comienzo allá por el pasado, y a la vez próximo, año 1997, lejano y pasado porque corresponde a otro siglo y cercano, próximo, por-

que solo han transcurrido tres escasos trienios, un suspiro en el tiempo. En aquel primer número de **Noticias de Enfermería** se hablaba de una Nueva etapa con una Nueva Junta de Gobierno presidida por el difunto Alberto Alonso, y que se había hecho cargo de las riendas del Colegio tras pasar por un montón de vicisitudes, incluía una dilatada etapa judicial. Tres largos años de proceso, una larga batalla en los tribunales, les habían llevado, —tras la definitiva sentencia del Tribunal Superior de Justicia de Madrid— a que se diera validez plena a las Elecciones que en 1994 había ganado la candidatura que el propio Alberto encabezaba y en la que Juan José Porcar Porcar figuraba como vicepresidente. Legítimamente se había ganado la batalla en los juzgados, pero ahora quedaba un largo camino que recorrer para conseguir la normalización de la vida colegial. Había que reconducir la caótica situación del Colegio, en forma de pequeñas escaramuzas con cada uno de los elementos que estaban involucrados en los temas colegiales, y darles la oportuna, y a veces nada fácil, solución. Había que ganar la gran batalla final y así se ha hecho.

El trabajo iniciado en aquellas fechas ha tenido altibajos en la vida colegial, pero al fin está dando sus frutos, navega hacia buen puerto.

Uno de los puntos de inflexión de estos intensos nueve años ha sido el fallecimiento del artífice del cambio, Alberto Alonso, en el año 1998. Su desaparición supuso el nombramiento automático por el Consejo General de Enfermería de Juan José Porcar como presidente de la Junta de Gobierno.



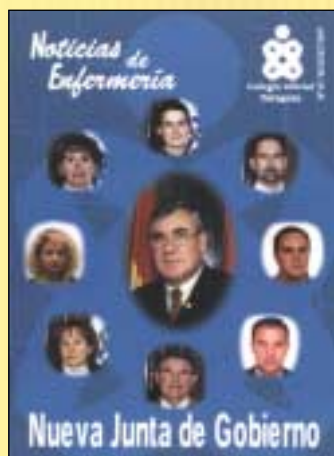


Cronológicamente, dos años después, en septiembre del 2001, se convocan Elecciones, que la candidatura que encabeza Porcar gana con un resultado indiscutible, 377 votos para su candidatura y 2 para la candidatura oponente, con 117 votos nulos y 16 en blanco. Recurridos estos resultados en los tribunales, un total de seis Sentencias o Resoluciones han determinado, en diciembre de 2004, «que el proceso electoral de 2001 se siguió de acuerdo con el principio de legalidad atendiendo fiel y objetivamente a las normas Estatutarias vigentes en la fecha de las elecciones».

Durante toda la legislatura el Colegio ha ido desarrollando y potenciando sus actividades habituales, incorporando aquellas que los colegiados han demandado, con unos Servicios Colegiales actualizados, una formación continuada programada adaptándose a las necesidades de los colegiados y subvencionadas por el Colegio, un abanico de prestaciones sociales acorde con los tiempos en cantidades y calidades, unas muy eficaces asesorías jurídica, fiscal y tributaria, unos prestigiados Premio Científico y Medalla de Oro al Mérito Profesional. Es muy importante el respaldo que se da a los jubilados con la creación de la Plataforma que apoya sus reivindicaciones, como lo es la destacada presencia del Colegio en el ámbito institucional, —con asistencia a todos aquellos actos oficiales a los que se invita a sus representantes—, como en el cultural, con la consolidación de los concursos literario y de fotografía, la publicación de los relatos ganadores y las correspondientes exposiciones de fotografía, una remozada y actualizada página web, ... Trabajo, trabajo, trabajo, por y para los colegiados. Transparente y eficaz, como figuraba en el eslogan de la campaña electoral de 2001.

Ya en las postrimerías del 2005 se convocan nuevas Elecciones. Dos candidaturas, dos proyectos muy diferenciados, dos ganadores. Por una parte Juan José Porcar Porcar, cabeza de una de las listas y por otra, la Enfermería zaragozana, que acude a las urnas como nunca antes lo había hecho, batiendo récords de participación real, demostrando su madurez.

En estos nueve años desde la publicación del número 1, de la nueva etapa han acaecido muchas cosas, algunas muy importantes para la profesión. A nivel nacional y profesional, se han aprobado las leyes del Estatuto Marco, de Cohesión y Calidad, de Ordenación de las Profesiones Sanitarias con las Especiali-



dades, etc. y consolidado el proceso de integración en el Espacio Europeo de Educación Superior, y, a nivel autonómico, se han efectuado las transferencias sanitarias, creado las Unidades Docentes de Salud Mental y Matronas, además de producirse la esperada y necesaria entrada en vigor de la moneda única europea, nuestro ya querido y familiar euro, consecuencia directa del ingreso de España en la Unión Europea

Como parte del Gabinete de Prensa del que soy responsable, la revista **Noticias de Enfermería** ha estado siempre presente, contando la actualidad, informando a los lectores de todos aquellos asuntos que considerábamos de su interés. Con una imagen moderna, actual, seria, rigurosa, de calidad, como la propia Enfermería demanda. Para realizar mi trabajo cuento con la confianza y el apoyo del presidente y de la Junta de Gobierno del Colegio y creo contar con el apoyo de los colegiados, que envían sus trabajos y colaboraciones, que vamos publicando poco a poco. Es mi deseo seguir en esta línea, que hasta el momento está dando los esperados frutos.

Mi relación, la relación del Colegio de Enfermería, con los medios de comunicación es totalmente cordial y fluida, hecho que es verificable al repasar los archivos con las múltiples reseñas de nuestra presencia en todos los medios provinciales, autonómicos y algunos nacionales. Esta presencia, fruto de nuestra credibilidad, se traduce en trato preferente y la edición de este número 50 es una buena ocasión para manifestar por escrito mi agradecimiento a todos los medios de comunicación y particularmente a los responsables de las áreas sanitarias de los mismos. En sus páginas, crónicas y reportajes, prestigian la imagen del Colegio, de la profesión y de los profesionales de la Enfermería, con lo que conseguimos uno de nuestros objetivos. La Enfermería lo merece.

Noticias de Enfermería saca a la luz su número 50, tenemos una oportunidad para estar satisfechos y felices por ello y la compartimos con vosotros, nuestros lectores. Gracias a todos por leernos y apoyarnos.

Francisco Núñez Arcos

Redactor Jefe de Noticias de Enfermería
Zaragoza, febrero del 2006



Premios en la modalidad de Fotografía Científica

IV Concurso de Fotografía «Puerta del Carmen»

**1^{er}
PREMIO**

*«50 años
juntos»*

Ma Jesús Gil Train



ACCÉSIT

*«Manos
Unidas»*

Paula Peña Calvo



Un año de lucha:

Los Jubilados de Enfermería no reblan

F.N.A./Redacción

Los Jubilados tienen firmes deseos de continuar en la lucha, no reblan. Hasta finales de marzo tienen programado concentrarse cada jueves a las puertas de la sede del Gobierno de Aragón, en el Pignatelli y el último jueves, día 30 de marzo, se manifestarán desde la Plaza de España hasta la sede del PAR, partido que, junto al PSOE, se oponen, a sus pretensiones. El pasado jueves día 23, la comitiva de jubilados en manifestación inició su recorrido en la Plaza de España, finalizando en la sede del PSOE en la C/. Conde de Aranda, n.º 138. Allí leyeron y entregaron un manifiesto y un escrito de petición de audiencia para Marcelino Iglesias, presidente del Gobierno de Aragón.

El Gobierno de Aragón mantiene su postura de eliminar el Complemento de Pensión a todos los jubilados que vienen cobrándolo desde hace años y la Plataforma de Jubilados ha decidido reanudar las movilizaciones tras romperse las negociaciones dentro de la Comisión Paritaria nom-

brada al efecto, después de escuchar la última oferta hecha por el Salud, en la que en primer lugar les devolvía una parte del Complemento ya descontado, para, a continuación y en los próximos años, descontárselo de nuevo hasta su extinción total. La Consejera de Salud ha manifestado que la oferta hecha a los jubilados supone un «importante esfuerzo económico», y los miembros de la Plataforma mantienen que las cantidades del Complemento que ahora se les elimina de la pensión ya estaban presupuestadas y recibidas con las transferencias sanitarias.

«La Plataforma de Jubilados de Enfermería» lleva más de un año en su lucha por que sean revocadas las Resoluciones o se arbitre un procedimiento justo que no vulnere sus economías, ni congele, de hecho sus pensiones. Otras Comunidades Autónomas como Asturias o Madrid han arbitrado soluciones, con carácter excepcional, o modificando parcialmente las Resoluciones por las que se

determina que el Complemento asignado en el momento de la jubilación permanece invariable en su cuantía, «...inalterable y en consecuencia, de carácter fijo» (Madrid, marzo 2005), «...en las condiciones establecidas en la Resolución de concesión» (Asturias, marzo 2005).

Los miembros de la «La Plataforma de Jubilados de Enfermería» manifiestan su firme decisión de seguir en la lucha por recuperar unos derechos que consideran vulnerados, y continuar con las medidas jurídicas, administrativas y de presión que sean necesarias con el fin de conseguir la revocación de las Resoluciones adoptadas por el Salud. Si es necesario, están dispuestos a recrudecer sus acciones en el futuro.

Los Jubilados de Enfermería son mayores pero no tontos y tienen firmes deseos de continuar en la lucha, de no reblar y para ello tienen el apoyo del Colegio de Enfermería, de su Colegio. ■

Manifestación de los afectados de la Plataforma de Jubilados de Enfermería, el día 23 de febrero.



Foto: Fco. Núñez Arcos

El Parlamento Europeo defiende la libertad de expresión y religiosa

El Parlamento Europeo, en la sesión del pasado día 15 de febrero condena firmemente la quema de embajadas de los Estados miembros y las amenazas lanzadas contra ciudadanos de la Unión a raíz de la publicación de unas viñetas de Mahoma. Los diputados expresan su pleno apoyo y solidaridad a Dinamarca, a la vez que piden un ejercicio responsable de la libertad de expresión y el restablecimiento del diálogo. También condena la muerte de personas en los actos violentos y la del padre Santoro por parte de un fanático religioso en Turquía.

Condena a las reacciones violentas y Restablecimiento del diálogo

El Parlamento condena «con la máxima energía la quema de embajadas de los Estados miembros de la Unión Europea

y las amenazas lanzadas contra individuos». Además, señala que «muchos de los países en los que han tenido lugar actos de violencia y manifestaciones contra las caricaturas son países en los que se violan habitualmente la libertad de expresión, la libertad de palabra y la libertad de reunión». Los diputados acogen con satisfacción «las declaraciones y los esfuerzos de algunos dirigentes de las comunidades musulmanas europeas y del mundo árabe que han condenado firmemente los ataques violentos» y expresan su apoyo a todas las fuerzas democráticas «que se enfrentan a regímenes religiosos autoritarios y represivos y se oponen a ellos».

El Pleno pide que se restablezca un clima de diálogo constructivo y pacífico y que los responsables locales políticos y religiosos intervengan para poner fin a la violencia.

Libertad de expresión y religiosa

La libertad de expresión y la independencia de la prensa son derechos universales que «no pueden ser socavados por ningún individuo ni grupo que se considere ofendido por lo que se afirme o escriba» señala la Cámara. Los diputados piden a todos los que gozan de libertad de expresión que se comprometan a apoyar los valores fundamentales de la Unión Europea, «y a no abusar de esta libertad incitando al odio por motivos de religión o mediante la divulgación de actitudes xenófobas y racistas que tratan de excluir a cualesquier persona, sea cual sea su origen o convicción religiosa».

Para más información:

prensa-es@europarl.eu.int

e-mail:

epmadrid@europarl.eu.int ■

Ley de espectáculos públicos, actividades recreativas y establecimientos públicos

Aprobada por las Cortes aragonesas la ley garantiza el equilibrio entre el derecho al descanso y al ocio

La nueva normativa prohíbe el consumo de bebidas alcohólicas en la calle, la venta en gasolineras a partir de las 22:00 horas, establece horarios máximos de apertura de bares y establece vías de participación de todos los afectados.

La ley pretende encontrar el equilibrio entre el derecho al descanso y el derecho al ocio, además de establecer criterios que garanticen la seguridad y salubridad de los asistentes a los espectáculos y establecimientos públicos.

Entre las restricciones del articulado destaca la prohibición expresa de organizar y autorizar actos que inciten a la violencia, racismo, xenofobia o cualquier otra discriminación, la prohibición de espectáculos que utilicen animales como parte del espectáculo que impliquen crueldad, maltrato o sufrimiento, y la de venta y reventa ambulante de localidades. Una de las novedades es que los vecinos afectados por la apertura de un nuevo establecimiento podrán disponer de un trámite de audiencia como parte afectada durante el trámite de información pública que será de un mes. ■



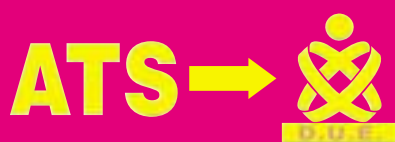
MUY IMPORTANTE

Homologación Especialidad Enfermería de Empresa/Trabajo

Se recuerda a l@s interesad@s que la homologación de la titulación de Enfermería de Empresa/Trabajo para todos aquellos que se encuentren dentro de la disposición adicional tercera –Diploma de ATS/DUE de Empresa + 4 años de ejercicio en ese ámbito– deberá cumplimentarse antes del 7 de Mayo de 2006.

Más información en www.ocez.net o en la secretaría del Colegio de Enfermería.■

ÚLTIMA HORA



Convalidación del título de ATS por el de Diplomado en Enfermería a partir de abril y de forma gratuita

Para la convalidación del título será necesario superar un curso previo de nivelación de conocimientos, cuyos contenidos y Programa Formativo han sido definidos por la Comisión Mixta constituida al efecto, de la que forma parte la Organización Colegial de Enfermería.

La Organización Colegial ha desarrollado así un curso totalmente adaptado a los requerimientos legales y a las necesidades de este colectivo y de la aten-

ción sanitaria, que será impartido gratuitamente a los ATS que lo soliciten. El curso de nivelación de conocimientos será realizado en la modalidad semipresencial, con una duración total de 200 horas lectivas, estructuradas en 40 horas presenciales, 40 horas de apoyo y estudio tutorizado y 120 horas para la elaboración de un trabajo final tutorizado.

Se realizará una evaluación continua de los conocimientos que se vayan adquiriendo en el curso basada en la

asistencia y participación activa de los profesionales. Así, los participantes no tendrán que realizar las pruebas presenciales finales.

La primera convocatoria se realizará en abril de este mismo año y los cursos van a ser impartidos de forma totalmente gratuita por los colegios provinciales de enfermería.

Para más información: www.ocez.net y en el Colegio de Enfermería.■

Fe de erratas

Acompañamiento terapéutico

El autor del trabajo **Acompañamiento terapéutico** del número 49 de la Revista **Noticias de Enfermería**, José Manuel Lobán Iza, aprecia una errata en el texto del pie de una de las fotos que ilustran el mismo, que altera su interpretación, y que debe ser «Respuesta del usuario» en lugar del publicado. Asimismo agradece públicamente la aportación de la compañera Pilar Carranza como modelo para la secuencia fotográfica que ilustra el artículo. Pedimos disculpas por el desliz literario y dejamos constancia de su petición de agradecimiento.■



Respuesta del usuario.

Nueva sentencia condenatoria para la agresora de una enfermera por vejaciones y maltrato en el ejercicio profesional

Redacción.

La Sección Tercera de la Audiencia Provincial de Zaragoza, ha dictado Sentencia, en Recurso de Apelación, revocando la Sentencia del Juzgado de Instrucción Núm. Dos de Zaragoza, en el sentido de que condena a I.N.C. como autora de una falta tipificada en el Código Penal como vejación injusta para la víctima, una Enfermera del Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza, a la pena de 10 días de multa a razón de 6 €/día, y, por maltrato, a otra pena de 10 días de multa a razón de 6 € por día, tal como se denunciaba en el mes de agosto de 2005, por «maltrato, injurias, coacciones y vejaciones a las que habían sido sometidas en el ejercicio de su profesión».

La denunciada I.N.C. se dirigió a la profesional de la sanidad en público di-

ciéndole, «*Cuando yo te llame, te quiero ver inmediatamente y al mismo tiempo levantar el brazo a la altura de la cara de la denunciante diciéndole: márchate*». El Juez de Instrucción calificaba los hechos como una mera falta de educación, pero los mismos tienen más perfecto ajuste en el artículo 620.2º del Código Penal, al constituir, sin duda, una vejación injusta para la víctima y como tal deben ser y han sido sancionados. De igual manera, el hecho de ser la denunciante violentamente empujada y sacada de la habitación encuadra en el párrafo 2º del artículo 617 del Código penal, por maltrato.

Aunque las condenas responden a la levedad de las infracciones denunciadas, la importancia de la sentencia estriba en el

reconocimiento expreso realizado por el Juzgado en defensa de la enfermera afectada. La enfermera del Colegio de Zaragoza ha estado asistida desde el momento de su denuncia por la Asesoría Jurídica del Colegio, de la que es responsable el letrado Juan Carlos Campo Hernando. Tanto en la Asesoría Jurídica del Colegio como en la Junta de Gobierno del mismo existe una gran satisfacción por el fallo de esta nueva sentencia, y en la actualidad hay pendiente otra sentencia de un juicio celebrado a primeros de este mes de marzo.

Desde el Colegio de Enfermería se estimula a todos los profesionales a que denuncien cada agresión, desde el Colegio se le dará el apoyo suficiente para conseguir la total erradicación de conductas de este tipo. ■

Aumento de usuarios en el Salud

El número de los usuarios del sistema público de salud aumentó en Zaragoza por encima de la media de Aragón el pasado año

Los datos de finales de diciembre de 2005 reflejan que el número de tarjetas sanitarias en Zaragoza es de 910.064 y que el número de usuarios se ha incrementado en un 2,5%, medio punto por encima de la media registrada en Aragón en el mismo período de tiempo.

La cifra de tarjetas sanitarias de Aragón era al finalizar el mes de diciembre de más de 1.273.000. El incremento de usuarios registrado en Huesca ha sido del 2% y en Teruel del 1,6%.

El incremento diario medio en nuestra comunidad autónoma de personas con tarjeta sanitaria fue de 66 a lo largo de 2005, de los que 60 son de origen extranjero, y el Gobierno de Aragón invierte actualmente 1.205 euros por cada titular de tarjeta sanitaria.

Los usuarios de origen extranjero son en estos momentos 106.274, que representan el 8,4% de toda la población asegurada. ■

El Colegio ha renovado recientemente el Convenio con Aramón Panticosa. Así, las tarifas para esta temporada quedan de la siguiente forma:

De lunes a jueves:

Descuento del 10% sobre los 24 Euros de la tarifa (Incluye bocadillo y bebida).

Viernes:

Tarifa general 17 euros.

Sábado y domingo:

Descuento de 10% sobre los 25 euros de la tarifa general.



Yoga de la risa

M^a Isabel Riezu Ochoa

Enfermera. Asociación Vida y Risa



El Dr. Kataria es un médico indio que lleva 15 años recorriendo diferentes países y enseñando a la gente algo que el llama «laughter yoga», es decir «yoga de la risa». Este verano visitó por primera vez España y tuvimos la suerte de participar en un curso que impartió sobre esta técnica.

El Dr. Kataria explica que nos podemos reír de cualquier cosa aunque no sea graciosa, si de verdad queremos hacerlo; habla de la risa sin razón y nos invita a forzarla durante un minuto y probarlo. Cuando nos reímos sin razón decidimos sentir lo que queremos.

Reímos cuando estamos alegres, pero también podemos estar más alegres si reímos más. «El movimiento crea la emoción»; es decir cualquier acción externa repercute en la mente. Si cambiamos nuestros movimientos corporales, podemos modificar nuestros pensamientos, es más fácil controlar al cuerpo que a la mente.

Uno de los elementos de yoga que hay en la risa es la respiración: la risa es una emoción respiratoria que modela, forja el aliento e influye en nuestro ánimo.

Otro es la relajación en forma de risa interior.

El yoga de la risa promueve tres tipos de risa, basadas en valores humanos:

- La Risa de Aceptación, ayuda a reconocernos como humanos.
- La Risa de Apreciación, es el factor principal para una buena relación.
- La Risa de Perdón, es el espíritu más importante de la risa.

El valor principal que se ha descubierto a través de la risa es la generosidad, la apertura. Cuando reímos somos más abiertos y generosos, rompemos nuestro ego y pensamos que hay otras personas que también son importantes.

Aplicar el yoga de la risa en situaciones desafiantes, problemáticas, o penosas es aprender a reír cuando no hay nada de que reírse, es cultivar el talento de saber reírse ante cualquier situación, es aprender a desarrollar el sentido interno de la risa, la armonía y el equilibrio.

La risa incondicional es la que sale del corazón, no de la mente, es una catarsis.

El yoga de la risa funciona porque es, sin ninguna condición o razón. ■



Unidades del tratamiento del dolor

Dr. Luis Miguel Guerrero Pardos

Anestesiología, Reanimación y Terapéutica del Dolor

Responsable de la Unidad de Tratamiento del Dolor Quirón Zaragoza

Hace ya más de 40 años que el profesor Bonica reconoció que el dolor crónico era un síndrome patofisiológico que trascendía de las diversas causas específicas que podían originarlo. Desde entonces, se han realizado grandes progresos en la comprensión de la neurobiología y psicología del dolor crónico, y en su tratamiento a través de abordajes farmacológicos, físicos y psicológicos. Este mismo profesor detectó que muchos enfermos con dolores crónicos eran tratados de modo incorrecto y vivían y morirían sometidos a dolores que podían ser aliviados con las técnicas analgésicas disponibles, por falta de sincronía entre las distintas especialidades. Éste fenómeno lo describió con una expresión de «epidemia silenciosa».

Hoy en día el dolor se considera un problema multidisciplinario, constituyendo un equipo integrado por diferentes especialidades todas ellas dirigidas por especialistas en Anestesiología, Reanimación y Tratamiento del Dolor.

Las bases actuales de la Algiología son:

- Distinción entre dolor agudo y crónico.

- Necesidad de equipos multidisciplinares.
- Colaboración entre investigadores básicos y clínicos.

Millones de personas experimentan dolor crónico diariamente, con asombrosos costos en cuidados médicos, pérdidas de trabajo y discapacidades. El dolor no aliviado es una razón frecuente para el cambio de médicos, de forma que ninguno de ellos ignora sus costes económicos y emocionales. Las actuaciones incluyen desde procedimientos farmacéuticos, rehabilitadores, psicológicos y quirúrgicos hasta un uso cada vez mayor de tratamientos complementarios. A pesar de los esfuerzos en mejorar el manejo del dolor crónico y con ello aumentar la calidad de vida, la espiral de gastos sólo en dolor crónico mal tratado o no tratado y el acceso adecuado a los diferentes cuidados permanece como un serio problema.

En nuestro país el tratamiento del dolor ha mejorado significativamente durante los últimos años. Teniendo como referencia el indicador de consumo de morfina, establecido por la O.M.S. co-

mo control de calidad del mismo, España en la actualidad ocupa el décimo lugar del ranking europeo, con 7 Kg. de morfina por millón de habitantes y año. Se trata de una posición intermedia, cercana a la de Francia y Alemania, mejor que la de Italia, Grecia y Portugal, pero todavía muy alejada de la de los países anglosajones. Dinamarca ocupa el primer lugar con 32 Kg.

Finalmente, debemos recordar que el dolor crónico es una entidad en sí misma, que debería ser controlado proporcionando una atención especializada con la utilización de los fármacos y todas las técnicas necesarias. Para ello se precisan profesionales bien preparados y entidades públicas y privadas que faciliten la formación, promuevan la investigación y proporcionen a estos profesionales los recursos necesarios para desarrollar esta tarea. Estos objetivos coinciden plenamente con los de la Unidad de Tratamiento del Dolor ubicada en el Hospital de Día Quirón Zaragoza en Gómez Laguna, 82 que trabaja en colaboración con otras unidades y especialistas que conforma un perfecto engranaje de trabajo multidisciplinar ■



Tarifa Amiga Quirón



Grupo Hospitalario Quirón pone a disposición de los Sres. Colegiados el conjunto de tarifas preferentes que le permitirán acceder a todos sus servicios a un precio especial*. Para cualquier duda o consulta póngase en contacto en los teléfonos adjuntos de cada unidad.



* "Extensible a familiares directos. Consultar la forma de acreditación en el Colegio."

Oftalmología

☎ 976 579 004

Cirugía Refractiva de la Miopía

1ª visita	60€
Intervención ambulatoria (por ojo)	770€
Consulta preventiva: Graduación, Fondo de Ojo y Media Tensión Ocular.	65€

15% de Descuento Resto de Servicios: Graduación, cataratas, glaucoma, etc.

Ginecología

☎ 976 579 010

Revisión y Diagnóstico Precoz

Básica: exploración, ecografía y citología	100€
Básica + Mamografía	135€
Básica + Mamografía + Densitometría	200€

Rehabilitación

☎ 976 579 024

Consulta con médico rehabilitador y bono de 5 sesiones manuales y/o con aparatos	150€
Continuación del Tratamiento Bono de 5 sesiones	120€

Cirugía Estética, Plástica y Reparadora

☎ 976 579 010

Aumento de mamas con prótesis redondas	4100€
Aumento de mamas con prótesis anatómicas	4600€
Liposucción básica	1150€
Párpado superior e inferior	2050€
Otoplastia	1900€

Digestivo

☎ 976 579 008

Estudio Integral de Intestino Delgado

Cápsula Endoscópica	1200€
---------------------	-------

15% de Descuento Resto de Servicios: pHmetría, endoscopia, colonoscopia, estudio de úlcera, digestiva, balón intragástrico, etc.

Otorrinolaringología

☎ 976 579 016

Diagnóstico y tratamiento del vértigo	100€/sesión
Estudio del Ronquido	100€
Exploración y telerradiografía	

15% de Descuento Resto de Servicios: sordera infantil, retrasos del lenguaje, disfonía, etc.

Podología y Biomecánica

☎ 976 579 023

Estudio Biomecánico de la Marcha

1ª Visita y exploración	20€
-------------------------	-----

15% de Descuento Resto de Servicios: quiropodología, podología deportiva, pie diabético, etc.

Odontología

☎ 976 579 011

Blanqueamiento	180€
Implante	600€

15% de Descuento Resto de Servicios: ortodoncia, empastes y sellados, fluoración, etc.

Quirón Masajes

☎ 976 579 024

30% de Descuento en masaje antiestrés (espalda, piernas y brazos).

Reproducción Asistida

☎ 976 579 030

1ª Visita de información GRATIS

10% de Descuento en Técnicas de Reproducción Asistida.

Psicología Clínica

☎ 976 579 010

15% de Descuento en evaluaciones e informes psicopedagógicos y tratamientos de alteración de conducta, trastornos de alimentación, ansiedad y depresión, problemas de rendimiento escolar, etc.

Láser

☎ 976 579 000

30% de Descuento en tratamientos de depilación con láser.

Tratamiento del dolor

☎ 976 579 000

15% de Descuento en todos los servicios.

Cirugía por Laparoscopia

☎ 976 579 010

10 % de Descuento en tratamiento ambulatorio de hemorroides por ultrasonidos, obesidad mórbida, vesícula biliar, hernia de hiato, reflujo, patología del colon y Resto de Servicios.

Prevención de Riesgos: Citotóxicos o citostáticos

Ricardo Villarroya Villagrasa.

Enfermero. Técnico Superior en Prevención de Riesgos Laborales.

En Atención Primaria se viene demandando cada vez más la administración de medicamentos citotóxicos o citostáticos a nuestros clientes. Existe un protocolo de actuación para la administración de estos medicamentos elaborado por la *Secretaría General Técnica de los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales de la Diputación General de Aragón* en el que se recogen todas las pautas de actuación para proteger, tanto al personal de enfermería y al personal implicado en el proceso, como a los propios pacientes.



La limpieza de la habitación estará regida por el protocolo de actuación para la administración de estos medicamentos elaborado por la Secretaría General Técnica de los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales de la Diputación General de Aragón, por lo que el personal encargado de la limpieza deberá tener instrucciones concretas y precisas de actuación para hacerlo. Todo el personal sanitario y no sanitario que manipule o administre estos medicamentos debe pasar por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales para la vigilancia periódica de su salud.

Se deben cumplir una serie de normas por el personal de enfermería y en general por todo el personal involucrado en el proceso por lo que el personal responsable de los Centros deberá proveer los medios y el espacio físico apropiado al personal para que las cumpla.

Los profesionales de Atención Primaria damos por hecho que en nuestros Centros de Salud todo el mundo conoce los métodos correctos de actuación pero, a veces, el personal de refuerzo y los compañeros que nos cubren festivos o vacaciones lo desconocen.

Deben darse la formación suficiente y adecuada y la información precisa en cuanto a riesgos, precauciones, disposiciones en materia de higiene personal, utilización y empleo de equipos de protección individual, medidas que deberán adoptar los trabajadores en caso de accidentes y para la prevención de incidentes.

El personal debe tener conocimiento e información de los riesgos asociados

a la administración de citostáticos y las precauciones que debe tomar para minimizar dichos riesgos.

La administración de citostáticos se realizará en el Centro de Salud.

Se deben utilizar siempre Equipos de Protección individual.

La habitación en la que se administre estará destinada exclusivamente a tareas asistenciales.

El paciente no deberá abandonar el lugar de aplicación durante la administración del tratamiento y durante su aplicación la sala no se utilizará para ninguna otra actividad.

La puerta debe estar cerrada y no se puede ni comer ni beber, ni por supuesto fumar.

En la habitación solo deberán estar el paciente y la persona o personas estrictamente necesarias para la realización de la técnica.

Hay personal que debe ser excluido de la aplicación de estos tratamientos:

- Embarazadas o mujeres que deseen estarlo, mujeres durante el puerperio o en periodo de lactancia.
- Personal de alto riesgo (Con antecedentes de abortos o malformaciones congénitas).
- Personal tratado anteriormente con citotóxicos y/ o citostáticos, radiaciones ionizantes o ambos.
- Personal del que se sospeche daño genético.
- Personas alérgicas a estos medicamentos.

Para mayor información dirigirse al protocolo de actuación para manejo de citotóxico/citostáticos elaborado por la Secretaría General Técnica de los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales de la Diputación General de Aragón. Lo podéis encontrar en Internet, página del Salud, Atención Primaria Sector 3 de Zaragoza. ■

PRIMER PREMIO

El Cerro de Las Angustias

de M^a Isabel Riezu Ochoa
Enfermera

Una Escuela de Enfermería en Los Monegros

A 40 Km. de la capital aragonesa, en plenos Monegros y en la cima de un montículo escarpado, rompiendo con la aridez del paisaje, se divisaba un gran edificio que despertaba la curiosidad de uno y de cuantos pasaban por la carretera siguiendo alguna ruta. Los comentarios pronto se dispararon preguntándose por doquier a qué mente retorcida se le podía haber ocurrido edificar algo en semejante secarral. La noticia voló y en pocos días toda la región sabía que aquella amplia construcción era una Escuela de Enfermería. Como Centro privado, su admisión no exigía una nota alta, todo dependía de que la Junta Directiva, tras una larga entrevista, diera su aprobación. Los estudios constaban de 4 años y las plazas para ese primer año eran de 40.

El número de solicitudes fue desbordante, quizá porque no se pedía una nota elevada, o por la expectativa de una mejor preparación, o tal vez por su infraestructura, ya que estaba construida con todos los detalles: múltiples aulas, salas de prácticas, laboratorios, polideportivos, salón de actos, cafetería, comedor, etc. etc. Este lugar despertaba expectación en quienes habíamos solicitado su ingreso.

El día 30 de septiembre del año 2004, un autobús repleto de jóvenes con el señor Pepe al volante aparcaba en la amplia explanada del «Cerro de Las Angustias», nombre con el que se había bautizado a todo aquel paraje.

La Directora acompañada de todo un elenco de profesores, daba la bienvenida desde la puerta principal del edificio. Nos invitaron a pasar al Salón de Actos donde tuvo lugar la inauguración del Curso. La directora habló de un primer año de duro trabajo, de un año decisivo en nuestra carrera. El curso tendría una duración de siete meses dedicados cada uno de ellos a una asignatura básica y de gran necesidad en el ejercicio de la profesión de enfermería, y dos meses más de prácticas.

La directora, de estatura media y unos 58 años de edad, se presentó como Doña Victoria Rueda, su aspecto era de una seriedad risueña y en él se podía descubrir una firme autoridad. Tras un amplio discurso general sobre la Escuela y su funcionamiento, nos presentó las asignaturas del curso y a sus respectivos profesores.

Conforme iba hablando, nuestros cuerpos juveniles empezaron a inquietarse dentro de los asientos y las miradas se cruzaban indicando una gran incertidumbre. La señora Rueda se ajustó las gafas y tomando uno de los folios de la carpeta que mantenía entre sus manos, leyó lo siguiente: «mes de octubre, asignatura de Educación Física y Deportes, con la profesora Camino Corredor». Esta última dio un paso al frente a la par que la directora la señalaba con la mirada.

En un instante un gran murmullo pobló aquel salón. ¿Educación Física y Deportes? La directora guardó silencio hasta que poco a poco nos fuimos serenando y continuó con naturalidad dando paso al mes de noviembre, «se dedicará a Grafología y Papelología con el profesor León Remiro» —dijo— mientras a su derecha un hombre inclinaba la cabeza en señal de saludo.

Nuevamente gestos y miradas en las que expresábamos un aumento de la incertidumbre. Doña Victoria siguió hablando como si aquel revuelo no la cogiera para nada de sorpresa.

«El mes de diciembre, —dijo, mientras miraba a una señora con bata blanca que había entre el grupo de profesores—, doña Ana Maravillas les introducirá en el verdadero mundo de la Anatomía y Fisiología». En ese momento, nuestras caras mostraron aprobación, esto ya se acercaba un poco a lo que considerábamos los estudios para los cuales nos habíamos matriculado, al menos, así pensábamos.

Vimos a la directora tragar saliva y como rebuscar en su cabeza algunas palabras adecuadas. Al fin explicó: «El mes de enero desarrollarán Técnicas de Segmentación». Nue-

vamente nos miramos encogiendo los hombros en señal de no entender nada; ella continuó y presentó al Dr. Cortes como profesor de dicha asignatura.

Para el mes de febrero estaba reservada la Psicología Aplicada que impartirá la doctora Justa Gracia. Se escuchó la voz de varios compañeros expresando su conformidad y quedaron en el aire frases como: «Esto está mejor».

El mes de marzo disfrutarán con las prácticas en el uso de materiales, que impartirá el profesor Divino Rollo, y terminaremos las clases en el mes de abril en el que me tendrán a mí como profesora en el apasionante mundo de la Gestión Hospitalaria. Los meses de mayo y junio realizarán prácticas en un Centro Sanitario.

«No se asusten,
si captan
el espíritu
de su profesión,
es tan dura
como
apasionante»

Doña Victoria guardó unos minutos de silencio en espera de preguntas, dudas e inquietudes, pero no las hubo, nos sentíamos tan confusos y aturridos, que aún llenos de interrogantes no sabíamos qué decir, ella leyó nuestros pensamientos y concluyó el acto diciendo: «dense una oportunidad aunque no entiendan nada».

Todos salimos de estampida, estábamos deseosos de comentar entre nosotros aquellas inconcebibles asignaturas e inquietante curso.

Ya en el pasillo, un compañero lanzó una pregunta que yo rápidamente hice mía, ¿qué hacemos aquí? Respondí con aire simpático: «yo llevar la contraria a mis padres». El chico me miró y dejó escapar una carcajada; se presentó como Ernesto y tras devolverle el saludo le expliqué el significado de mi impulsiva frase: «mi padre es médico —argumenté— y mi madre enfermera, ambos insistían obsesivamente en que hiciera medicina, pero yo quiero ser enfermera; cuando vine a informarme, sentí en esta Escuela algo especial, así que me aventuré y aquí estoy, —dije arqueando los ojos—, estoy, sí, hecha un lío». Le presenté a Carla, otra compañera que acababa de conocer en el autobús pero con la que pronto había sentido afinidad. Ernesto nos contó que lo que más le atraía del Centro era que rompía esquemas. «Ni lo dudes, —le interrumpió Carla—, empezando por su ubicación».

En pequeños grupos envueltos de interesantes conversaciones, nos fuimos dirigiendo hacia la cafetería. Pronto se nos unieron la Directora y todos los profesores, lo cual nos dio la oportunidad de conversar ampliamente y de una forma más distendida aunque sentíamos en ellos un cuidado especial en no desvelarnos ciertos enigmas.

La Educación Física de la señorita Camino Corredor

Día 2 de octubre, 8:45 de la mañana: el autobús amarillo-naranja con el Sr. Pepe al volante aparcaba en la amplia explanada de un paisaje desolador. Doña Victoria nos esperaba en la gran puerta del edificio principal y conforme íbamos bajando nos indicaba el aula de Educación física. Fuimos sentándonos junto a los camaradas con los que habíamos despertado cierta simpatía. La señorita Camino Corredor se encontraba en el aula. Su saludo fue elástico y juvenil, vestía camiseta blanca con el logotipo de un atleta que mantenía en su mano una jeringa, un pantalón de chandal verde y zapatillas blancas. La señorita Camino nos hablaba con un ritmo armónico, explicaba que las mañanas serían dedicadas a ejercicios de gimnasia y las tardes realizaríamos diversos deportes, como atletismo, levantamiento de pesas, tiro con arco y «algo de equilibrios y malabares», dijo con gesto resuelto. Todos nos mirábamos con cara expectante, esperando el momento en que desvelara la sorpresa, pero no la hubo; al poco rato nos invitó a acompañarla al polideportivo y en los vestuarios nos entregó un equipo de deporte cada uno.

Entre risas y comentarios de todo tipo, nos fuimos uniformando y en pocos minutos nos encontrábamos en un inmenso gimnasio. Comenzamos con estiramientos y flexiones, la señorita Camino dirigía con energía, para que ningún músculo del cuerpo quedara en reposo. Era una gimnasia rápida y dura y como tal, terminamos completamente agotados; algunos se quejaban diciendo que era algo inaguantable, otros guardábamos silencio porque quizá ya no teníamos ni fuerzas para hablar.

Tras una ducha, un buen descanso y una comida bastante aceptable, recuperamos el ánimo para poder afrontar las clases de la tarde. Tras situarnos en un circuito de atletismo pasamos todo el tiempo realizando carreras a diferentes tipos de ritmos y velocidades. La señorita Corredor nos miraba con confianza, hubiéramos preferido que lo hiciera con compasión, pero no, seguía alentándonos y marcando nuestros pasos hasta que uno tras otro fuimos cayendo desfallecidos en aquel asfalto.

A las carreras de atletismo les sucedieron las de saltos de obstáculos, las de relevos, carreras contrarreloj,... algunos compañeros ágiles deportistas parecían disfrutar con ello, sin embargo otros deseábamos que finalizara ya ese mes, pero aún nos quedaban tres semanas.

Un día, al entrar al gimnasio observamos que éste estaba lleno de pesas de diferentes tamaños, nos tocaban prácticas de levantamiento de pesas. Y nos ejercitamos, desarrollando músculos con progresivos aumentos de kilogramos. Algunos de los ejercicios los realizábamos entre varios, había que comunicarse, coordinar, aunar esfuerzos, esto nos resultaba más divertido porque daba pie a pequeñas bromas.

Las prácticas de tiro con arco nos gustaron, disfrutábamos con ellas. La señorita Corredor nos miraba con satisfacción y esto nos infundía buena energía. Conseguimos también importantes avances en equilibrios y malabarismos, recreándonos en ello.

El mes iba tocando a su fin, sentíamos una mezcla de gusto y agotamiento a la vez, cosa que a la señorita Camino no le pasó inadvertido. El último día,

llegó a clase y con una buena dosis de concentración nos invitó a reflexionar sobre el desgaste físico que habíamos sufrido este mes, «es semejante, —dijo—, al que conllevaría el ejercicio de su futuro profesión como enfermeros/as: tendrán que agacharse y levantarse muchas veces, —continuó—, tendrán que estirarse y encogerse, caminar ligero, rápidos, correr por largos pasillos, días en que estas carreras serán sin descanso. Los que lleguéis a trabajar en hospitalización experimentaréis los saltos de obstáculos, continuó hablando, ésto suele ocurrir

más por las noches cuando los acompañantes se acomodan para velar, entre sueños, al enfermo».

La señorita Corredor nos explica la necesidad de fortalecer nuestros músculos para levantar a los enfermos que se irán escurriendo en la cama, muchos serán cuerpos inmóviles, dijo, y otros se dejarán querer. Ernesto levantó la mano para preguntar por las carreras contrarreloj, la señorita Camino nos indicó de que son bastantes habituales: algunos enfermos requerirán vuestra atención a la vez, para cada uno sus necesidades serán prioritarias, y cuando no sean éstos, serán los médicos.

Por fin, empezábamos a entender algo, ella relajó su cuerpo, bajó el tono de su voz y dijo: «No se asusten, si captan el espíritu de su profesión, es tan dura como apasionante».

Me atreví a preguntar por el tiro con arco. «Procuren siempre dar en el blanco de la diana, —nos explicó—, jueguen siempre a ganar, centrando la atención con ganas, con ilusión, sientan la satisfacción que supone dar en el blanco de la diana. Habrá otros días, continuó con expresión de aceptación,



en que sentiréis la derrota, días de baja forma, de cansancio, acéptenlo sin derrotismo ni reproches, no siempre estaremos en forma, ni seremos los mejores, y eso está bien, nos inducirá a entrenarnos en la cooperación y no en la competición».

La señorita Corredor nos llamó amigos, dijo que habíamos trabajado con esfuerzo y superación, todos éramos aptos en la prueba con una buena nota. Nos felicitó animándonos a mantener nuestro interés. Unos cálidos aplausos acompañados de ¡vivas! llenaron en un instante toda el aula. Sinceramente nos sentíamos contentos y dinámicos.

La mañana fresca del día 2 de noviembre, la directora, como cada día, nos esperaba en la puerta de la Escuela, esta vez iba acompañada de un hombre de unos cincuenta años y mediana estatura, cara redonda, curvas alejadas un tanto de sus huesos, aspecto tranquilo y expresión bonachona. Ya sabíamos que aquel hombre regordetillo era el profesor de Grafología y Papelología, le seguimos hasta la nueva aula y, al entrar, arqueamos las cejas, sorprendidos: las mesas estaban colocadas en círculo y sobre ellas descansaban montones de papeles de diferentes colores, también había varias torres de libros y cuadernos. El señor Remiro nos dio tiempo para instalarnos y luego se dirigió al centro del círculo y comenzó a hablarnos de esta asignatura como una de las partes más ingratas en el ejercicio de la profesión de enfermería. «Conlleva demasiado tiempo, dedicación y esfuerzo, dijo, y es algo que nadie ve». Puso énfasis al decir que encima de las mesas encontraríamos varios libros de sopa de letras, crucigramas, sudoku, autodefinidos y jeroglíficos. El señor Remiro hizo una pausa y un silencio sepulcral se apoderó del aula, nos observaba paciente, acogió nuestros enfados y protestas y después de un rato, volvió a abrir su boca para decir: «¡Sugiero que comiencen ya!». Nos indicó comenzar por la sopa de letras, y con desgana y sentimiento de absurdidad tomamos lápiz y goma para iniciar algo ilógico. Conforme avanzaban los días, la complejidad de los ejercicios aumentaba y aunque íbamos adquiriendo dominio, a veces nos resultaba muy difícil descifrar algunos signos y letras. Nos encontrábamos ya a mitad de mes, nuestras cabezas humeaban por tantas letras, pero seguíamos adelante porque presentíamos que había un porqué.

Un día, el descoloque fue total, el señor León Remiro nos hizo coger varios folios de diferentes colores y construir aviones de variadas formas, luego nos propuso lanzarlos a uno y otro lado del aula a distintas velocidades. Todos lo tomamos a broma, pero no, la cosa iba pero que muy en serio. El se-

ñor León dio una fuerte palmada y con voz grave dijo: «Vamos, ¡ya!». En una hora, había aviones volando en todas direcciones, comenzamos a animarnos y entramos con regocijo en un juego que duró cinco días.

Ya quedaba poco para finalizar esta asignatura y todos esperábamos con ansiedad el desenlace. Una mañana el señor León llegó a clase pensativo, nos mandó recoger libros y papeles y nos pidió que le escucháramos, entonces con voz firme y segura habló del significado de todo aquel trabajo. En muchas ocasiones, —explicó—, encontrarán en las historias de los pacientes diferentes papeles escritos en los que no podrán leer nada, son como jeroglíficos, necesitan agudeza visual, mucho conocimiento y un buen adiestramiento; otras veces encontrarán palabras demasiado técnicas para expresar cosas sencillas, las cuales tendrán que descifrar. No escapan de au-

todefinidos que no estarán tan definidos,... así que si están preparados para ello, —dijo riendo—, hasta quizá puedan disfrutar de esos momentos».

«La Papelología, —continuó—, es otro ejercicio que con regularidad se adjudica al personal de enfermería, consiste en rellenar y enviar diferentes tipos de papeles de un lugar a otro, hay que saber bien los colores y su significado y sobre todo la velocidad a la que deben volar para llegar a laboratorio, rayos, consultas, cocina, almacén, farmacia, talleres, etc. Se desempeñarán en algunos mo-

mentos como escribientes con la rapidez que el caso lo requiera; no sean acaparadores, —continuaba sin dejar de sonreír—, y dejen que también otros colectivos practiquen este arte».

Aplaudimos al Sr. Remiro y él nos felicitó por el merecido sobresaliente general que habíamos obtenido. «Han sido artistas, —dijo—, y no sólo por los simpáticos aviones elaborados, sino porque han sabido dar forma al arte de confiar con paciencia, con espíritu optimista y con una actitud de sorpresa; estas son algunas de las artes importantes que deberán desarrollar en su futura profesión». El señor Remiro extendió sus manos en señal de apertura, e indicó suavemente: «aprendan a vestir la realidad con ropas de vivos colores».

Como todos los días, aquel 1 de diciembre el señor Pepe nos transportaba orgulloso en el autobús amarillo naranja (bicolor), se había convertido en un buen amigo y parecía un joven más entre nosotros. La directora permanecía en la puerta del edificio, hoy con una nueva profesora, se trataba de la señorita Ana Maravillas; 42 años, no muy alta ni



demasiado agraciada físicamente, ojos pequeños chispeantes, media melena negra rizada, boca chiquita y nariz afilada, era la profesora de Anatomía y Fisiología. Aunque ya la conocíamos, hubo comentarios como: ¡vaya espléndida anatomía que tiene para enseñar anatomía!, lo que dio lugar a abundantes risas.

Anatomía y Fisiología: la señora Eva-Cuadora y el desarrollo de los sentidos

Las sillas del aula estaban colocadas en dos hileras paralelas con un espacio libre en medio, en un extremo una gran muñeca de goma con enormes facciones y gigantescas manos. La señorita Maravillas nos explicó que el mes se dividiría en dos tiempos, una parte dedicada a Anatomía y otra a Fisiología. Nuestro oído se agudizó cuando le oímos decir que la anatomía que nos interesaba no era estática sino cambiante y que había que sentirla y vivirla. Nuevamente hubo entre nosotros una sensación compartida

de no entender nada. La señorita Ana cogió la muñeca, la colocó en medio de las dos filas, hizo ademanes de prepararse para una lección magistral y dijo al fin: comenzaremos por los ojos, a la vez que apretaba uno de los botones que tenía la muñeca en la espalda; en un instante los ojos de ésta empezaron a centellear cambiando la intensidad de su luz y color, todos reímos, era divertida. Acto seguido la señorita Maravillas nos invitó a ejercitar nuestros ojos moviéndolos en todas direcciones y luego fijarlos unos en otros; fue bastante duro, pero después de varios días sentimos que había más química entre nosotros, más cercanía. A la vista, le siguió el oído y a la mirada, la escucha. Hicimos múltiples ejercicios de escucha activa, nos resultaban difíciles, ya que nuestros impulsos nos llevaban enseguida a responder y opinar.

Uno de los días el olor del aula era nauseabundo, la señorita Maravillas nos esperaba con mascarillas, nos las hizo colocar y fuimos hacia la muñeca que estaba colocada boca abajo sobre una gran mesa en mitad de la clase; a su lado otra mesa sobre la que reposaban cajas de guantes, palanganas, jabón, compresas, etc. Nos situa-

mos alrededor de la muñeca, la señorita Ana presionó otro de los botones de ésta y tras espantosos ruidos intestinales comenzó a salir por su ano algo que por su morfología y olor parecía auténtica caca. Hicimos ascos y protestas, que de nada sirvieron ya que todos tuvimos que pasar a limpiar los engrudos y chorizos que continuamente salían por el cuarto ojo de aquella muñeca. Aunque en general no nos gustó demasiado por las náuseas que nos provocaba, terminamos tomándonos el pelo unos a otros y riendo con ganas. Tuvimos sucesivos días de inhalaciones de los más variados desechos humanos hasta que felizmente hacia la mitad del mes pudimos respirar otros aromas. Las sillas formaban un semicírculo y la señorita Maravillas permanecía de pie en uno de los extremos del aula, nos fuimos sentando a la vez que le agradecíamos por aquella renovada atmósfera. Arrastró la gran

muñeca hasta el círculo y dijo: tranquilos, hoy la señora Eva-Cuadora no ha comido ni bebido. La señorita Ana nos mostró las grandes manos de la muñeca, accionó en ellas y diminutos puntos se encendieron en las yemas de sus dedos a modo de luceros luminosos: nos explicó que eran puntos de energía, de una energía que transmitimos cuando tocamos, acariciamos con suavidad y cariño. Nos miró y con buena dosis de picardía dijo: «seguro que ustedes tienen mucha experiencia de ello».



Nos propuso varios ejercicios para dar y recibir afecto a través de las manos, dijo que el movimiento de ellas era muy importante dentro de la profesión de enfermería. Supimos que estábamos aprendiendo a desarrollar de una forma diferente los sentidos y nos alegramos maliciosamente porque nos quedaba el del gusto, pero no, no nos saboreamos unos a otros como hubiéramos querido, sino que nos ejercitamos en apreciar la vida, degustándola con sus sabores y sin sabores.

La segunda parte del mes la dedicamos a ejercicios de expresión corporal, la señorita Maravillas nos contagió su manera de ver la fisiología del ser humano, nos ayudó a experimentar la forma como fluyen los diferentes humores dentro del cuerpo y a inducir emociones positivas con movimientos externos de alegría.

Quedaba un día para terminar el mes, Ana nos pidió que hiciéramos una valoración de nuestro nivel de conciencia y conocimiento, la puntuación general fue alta; se alegró porque coincidía con su percepción, y concluyó su asignatura recomendándonos mostrar siempre nuestra anatomía y fisiología más auténtica.

El primer día de clase tras las cortas vacaciones navideñas, 9 de enero, nos saludábamos unos a otros alegres por el reencuentro y por los deseos de contarnos nuestras aventuras. El autobús se llenó de voces y risas que tenían eco en el amigo Pepe.

Una nueva asignatura nos esperaba: «Técnicas de Segmentación», cuyo profesor el Dr. Cortes nos recibía con doña Victoria Rueda en la explanada del «Cerro de Las Angustias».

La nueva aula se componía de seis mesas alineadas en tres filas y en cada una de ellas un clon de la Sra. Eva Cuadra. El Dr. Cortes tenía unos cincuenta años, era alto, de espaldas anchas, tez morena y ojos azules; a las chicas nos pareció un madurito interesante. Hablaba pausadamente y sonreía de forma continua, lo cual le hacía más atractivo. El Dr. Cortes nos hizo una breve presentación de la asignatura, explicó que era una condensación de anatomía, fisiología y patología y que, desde luego, requería de una agudeza visual y de una absoluta concentración. Nos invitó a colocarnos en grupos alrededor de cada una de las mesas, él se situó en una que ocupaba el centro y comenzó a hablar de los diferentes órganos del cuerpo para terminar centrándose en el estudio de los riñones. Cada grupo seguíamos las instrucciones del Dr. Cortes, abrimos dos de los compartimentos que tenía la muñeca en la espalda marcados con el número 6 y descubrimos un par de riñones tan logrados, que en un principio todos creíamos que eran reales.

El Dr. Cortes nos indicó dónde se encontraba la cápsula suprarrenal y pidió al primer grupo estudiarla con detenimiento y minuciosidad, alcanzándoles varios libros. Al segundo grupo nos entregó pinzas y bisturíes y nos indicó separar delicadamente la primera capa que envolvía los riñones y estudiar su estructura, para lo cual nos alcanzó un microscopio; al tercer grupo le pidió hacer un pequeño corte en uno de los extremos de ese órgano, extraer esa parte y estudiar su estructura elaborando un informe; el cuarto grupo tenía que diseccionar el órgano exactamente por la mitad y analizar la parte central con sus posibles alteraciones; el quinto grupo debía centrarse en la circulación interna del riñón y al último grupo le tocó especializarse en la composición celular de éste.

Comenzamos embobados sin saber bien qué hacer. Poco a poco nos fuimos animando unos con otros y entre los libros y la atracción del bisturí, aquella tarea se convirtió en algo atrayente. En los días sucesivos el desarrollo de las clases fue muy parecido, estudiamos, investigamos, descubrimos y elaboramos diversos trabajos de cada uno de los diferentes órganos del cuerpo. La curiosidad nos mantenía activos y nos sentíamos satisfechos con los resultados del esfuerzo realizado, pero pronto descubriríamos que la opinión del Dr. Cortes difería bastante de la nuestra, ya que

éste, como nos revelaría más tarde, fue víctima de un sentimiento de decepción al no encontrar en aquellos trabajos nada nuevo. «Tengo que felicitarles por el interés y esfuerzo realizado, dijo, les auguro que serán unos profesionales bien cualificados».

Todos esperábamos ese «sin embargo» y por supuesto que lo pronunció ya que, tras recalcar la importancia del estudio e investigación para el avance de la ciencia, nos habló de que se estaba pagando un precio demasiado alto, el precio de la deshumanización. La persona, continuó con gran énfasis se ha convertido en un ser diseccionado, en el interesante caso de la necrosis del núcleo de las células ubicadas en el quinto espacio superior del vértice de la cápsula del riñón izquierdo. Todos nos quedamos pensativos, el Dr. Cortes guardó silencio y terminó diciendo: «El pensar y sentir de un ser humano influirá de una manera favorable o no, en su curación y por ende, en el éxito del quehacer profesional que se persigue. Nunca hagan ningún tipo de disección con los pacientes que atiendan, nos anunció con autoridad, mírenlos en su integridad, como seres humanos».

Agradecemos al Dr. Cortes todo lo que habíamos aprendido y durante varios días nuestras conversaciones giraron en torno a este tema, configurando un buen perfil profesional.

El día 1 de febrero nos encontrábamos ya a mitad del curso, un aire de buen rollito envolvía el ambiente de la Escuela. Victoria Rueda nos presentó a la profesora de la nueva asignatura, era bajita y redonda, con facciones también redondeadas: ojos, boca y nariz. Vestía pantalón blanco y blusa blanca con lunares azules, parecía una bolita de nieve, y así la bautizamos. La asignatura se titulaba: «Psicología Aplicada», y el verdadero nombre de la profe, Justa Gracia.

Ernesto, sentado a mi derecha, me susurró al oído: «Como tenga de justa lo de gracia, bien vamos...» Solté una risa sin control, y la bolita me miró pidiendo compostura.

Pronto nos mandó retirar mesas y sillas, para seguidamente mostrarnos un aparato de música y una gran torre llena de CDs. La mayoría de los compañeros éramos altos y la bolita se perdía entre nuestras piernas, cosa que resolvió enseguida colocando una silla en mitad del aula y subiéndose a ella. La miramos, conteniendo un ataque de risa colectivo, como buena psicóloga abrió sus brazos y soltando una sonora carcajada dijo: «Pueden reírse» y de verdad que lo hicimos, hasta las lágrimas. Ya más calmados, la señorita Justa Gracia nos habló de que el desarrollo de la asignatura sería meramente práctica. «Trabajaremos, —explicaba—, para dejar a un lado nuestros esquemas mentales, nuestros juicios y prejuicios, descubriendo la sorpresa del momento».

La señorita Gracia ponía vida en sus palabras, transmitía su experiencia y esto hacía que, sin esfuerzo, fueran calando en cada uno de nosotros. Continuó hablando de la necesidad de ser tolerantes con nosotros mismos, de autocríticas constructivas y de dejarnos fluir. Fue un mes fantástico, hicimos infinidad de juegos, dinámicas y ejercicios, tras los que aprendimos a observarnos a nosotros mismos, a tomar conciencia de nuestros pensamientos y sentimientos, pero con una connotación especial, sin interpretar nada, sin justificar nada. Lo que más impacto me produjo es que aprendí a quererme de forma incondicional, con mis errores y aciertos, con mis logros y fracasos, aprendí a no sentirme culpable y a reconducir todo para sacar de ello un aprendizaje positivo.

Un día, hablando con Ernesto, me dijo que la señorita Justa era la profesora más adecuada para impartir la asignatura de Psicología Aplicada: «Su aspecto provoca hilaridad –señaló–, sin embargo demuestra constantemente lo mucho que se quiere a sí misma».

Quedaban dos días para terminar el mes, pedimos a doña Justa Gracia que nos suspendiera para poder repetir tema, pero ella, con sonrisa complaciente nos dijo que tampoco era bueno empacharse de algo por más que nos gustara, les podría hacer vomitar, argumentó. «Me siento orgullosa de ustedes, continuó diciendo emocionada, han superado la asignatura con creces; la psicología se debería experimentar primero en carne propia».

Nos levantamos con ímpetu y le aplaudimos calurosamente durante largo rato, luego le hicimos sentar en su silla y la paseamos por todos los pasillos de la Escuela entre vítores y canciones.

El esparadrapo y su utilidad

El día 1 de marzo a dos meses para terminar el curso, entramos en el aula en la que íbamos a realizar las prácticas que requería la asignatura de este mes. Era enorme y un tanto intrigante. El profesor Divino Rollo nos esperaba dentro, dimos un cuidadoso paseo por aquella sala sin creer lo que veíamos, nuevamente sin entender nada. La clase se asemejaba a un desván en el que había puertas con cristales ro-

tos, grifos goteando, perchas, ropas de hospital, cables, interruptores, gomas, tubos, carros de curas, pinzas, tijeras, papeles,... y baldosas que se movían al caminar.

El señor Rollo nos dejó el tiempo suficiente para poder observar bien todo aquello, después nos pidió que cogiéramos una sillas plegables amontonadas en uno de los rincones y que nos sentáramos a escuchar lo que tenía que decirnos; verdaderamente es lo que más deseábamos en esos momentos, una explicación que diera sentido a aquellos trastos en una clase que se suponía consistía en practicar con materiales de enfermería. El profesor Divino permanecía de pie al lado de un gran cajón, comenzó a explicarnos que dentro de todos los materiales que usa regularmente un profesional de enfermería, había uno imprescindible, «un material que causaría un caos si en algún momento llegara a faltar en un hospital, un material que muchas veces les sacará de apuros y que otras les ayudará a resolver importantes problemas».

Nuestra inquietud crecía por momentos, pero el señor Rollo continuaba hablando absorto en aquel discurso sobre un material que ya casi nos parecía mágico, por fin se inclinó hacia la gran caja, metió la mano y cogió algo que mostró levantando su mano. Se oyó una gran exclamación colectiva, ya que lo que el señor Divino mantenía entre sus dedos era un rollo de esparadrapo blanco; «los hay de tela, papel y plástico, de diferentes tamaños y colores», –continuó sin in-

mutarse por nuestro revuelo–, y a este material dedicaremos las prácticas de este mes, aquí tienen todo lo necesario para experimentar sus diferentes usos», dijo, paseando su mirada por toda la sala. Le seguimos el rollo al señor Rollo con el rollo del esparadrapo y comenzamos a poner en práctica nuestras habilidades en la forma de aplicar el esparadrapo a los grifos que goteaban. Practicamos su uso en la sujeción de baldosas que bailaban, para cerrar pijamas y camisones, unimos cables, sujetamos timbres y luces, arreglamos diferentes aparatos y carros, tijeras y otros materiales, empalmamos con él conexiones, fijamos sondas, cerramos puertas, arreglamos cristales, reparamos dobladillos y bolsillos de uniformes, colgamos carteles, unimos papeles y hasta lo usamos como etiquetas de identificación.

Comprendimos lo imprescindibles que resultaban aquellos rollitos, pero sentimos que su eficacia se debía también a nuestra habilidad e imaginación en su uso. Iba trascurriendo el mes; el último día el señor Divino revisó minuciosamente nuestros trabajos aprobándolos ampliamente. Después, moviéndose hacia los lados, provocando intriga, nos dijo: «Han experimentado que pueden usar este material para casi todo, y digo casi, puntualizó, porque hay un sitio en



Foto: Fco. Núñez Arcos

el que no deberán aplicarlo, este es en la piel del enfermo». Lo miramos sorprendidos pero él nos sacó de dudas diciendo: «Los esparadrapos hacen sudar, pican y dan alergia, aunque se llamen anti-alérgicos, suponen una depilación desagradable y se despegan con bastante facilidad».

Todos comenzamos a reír junto al señor Rollo e iniciamos un juego aplicándonos unos a otros tiras de esparadrapo en la boca. El profesor Divino, sin dejar de sonreír, nos miró diciendo: «Sois alumnos inteligentes, ese lugar de aplicación lo omití por prudencia, pero verdaderamente, ahí también resulta muy útil».

«La gestión de la sonrisa es el mejor recurso que una persona y una empresa pueden tener»

El primer día de abril iniciábamos la última curva de un curso insólito, de un curso que nos estaba proporcionando una visión amplia y realista pero a la vez atractiva y satisfactoria de la profesión que habíamos elegido. A esta asignatura le habían dado en llamar Gestión Hospitalaria, sabíamos que la profesora era la mismísima directora, doña Victoria Rueda.

Esa mañana, cuando el señor Pepe aparcaba en la explanada del Cerro de Las Angustias, todos nos apelotonamos en las ventanillas después de que alguien diera la voz de alarma y con una estridente carcajada dijera: ¡mirad a la directora! Doña Victoria se encontraba esperándonos en el lugar de siempre, pero esta mañana tenía algo especial, un gran lazo naranja, que a modo de caja de bombones, envolvía su cabeza. Bajamos rápidamente y nos acercamos a ella piropeándole con guasa, respondió con sonrisas de agradecimiento y con aire desenfadado nos condujo hasta un aula pintada de vivos y alegres colores. Doña Victoria hizo repetidos intentos por comenzar la clase pero fue inútil, nos resultaba imposible contener la risa viéndola como un huevo de Pascua.

Una vez descargados y relajados, escuchamos sus palabras que hablaban de que en un futuro no muy lejano cada uno trabajaríamos en diferentes empresas y actividades; sea cual fuere vuestro lugar, continuó la señora Rueda, llevad siempre unos principios

que os ayuden personalmente y que favorezcan al equipo con el que trabajéis. Le seguíamos atentos, pero de pronto se quedó callada y pensativa, y al arrancar otra vez dijo: «Vamos a hacer unos ejercicios y después continuaremos». Esos ejercicios duraron todo el mes, a veces nos proponía trabajos en grupos en los que el objetivo era una actividad interesante y gratificante para todos, como sentarnos alrededor de una mesa con un buen café; otras veces realizábamos dinámicas para activar la experiencia y adquirir nuevos conocimientos. Doña Victoria nos entrenó en el crecimiento de la responsabilidad y nos elogiaba con frecuencia. Fue un mes de trabajo y esfuerzo, un mes divertido, estimulante y reconfortante. Nos sentíamos felices y como tal, eran también felices los resultados de nuestras tareas.

Doña Victoria nos felicitó por nuestra constancia, por la flexibilidad y confianza demostrada; después, llenándose de amabilidad y firmeza, nos preguntó: «¿Saben cuál es la mejor gestión hospitalaria?» La miramos pidiendo una rápida respuesta y ella, con gran convencimiento dijo: «La gestión de la sonrisa», y continuó hablando ante un público que se había quedado con la boca abierta. «La gestión de la sonrisa es el mejor recurso que una persona y una empresa pueden tener», afirmó doña Victoria.

Nos llamó amigos y dijo que había sido un placer compartir con nosotros ese curso. «Podría recomendarles muchas cosas, continuó, pero les dejo sencillamente una palabra para que la lleven como amuleto en el ejercicio de su profesión, y ¿por qué no? en toda su vida. Sonrían, sonrían aun sin ganas.»

Nos alentó a continuar siendo divertidos y dinámicos dentro de una eficacia y rigor profesional; «sean entusiastas y elogiosos, dijo, y sobre todo siéntanse orgullosos con su trabajo».

Esta última lección de doña Victoria fue magistral; durante varias horas expresamos cada uno nuestro sentir y aprendizaje a lo largo de este curso; fueron momentos emotivos.

Nos despedimos hasta el día 20 de junio porque ahora íbamos a iniciar las prácticas en diferentes centros hospitalarios.

A finales de ese mes nos reuniríamos nuevamente en la Escuela para una gran fiesta.

Antes de abandonar el aula, Ernesto se levantó y, dirigiéndose a doña Victoria Rueda, le pidió que nos revelara el significado del nombre «Cerro de Las Angustias». Ella movió afirmativamente su cabeza y poniendo dulzura en sus palabras nos dijo: «La profesión de Enfermería es algo elevado, pero se encuentra fuera del camino, en lugares de aflicción».

«La profesión de Enfermería es algo elevado, pero se encuentra fuera del camino, en lugares de aflicción»

Calendario de Vacunaciones

meses

Hepatitis B

0

Hepatitis B

1

Polio
Difteria-Tétanos-Tos ferina
Haemophilus b
Meningitis C

2

Polio
Difteria-Tétanos-Tos ferina
Haemophilus b

4

Hepatitis B
Polio
Difteria-Tétanos-Tos ferina
Haemophilus b
Meningitis C

6

Sarampión-Rubéola Parotiditis

15

Polio
Difteria-Tétanos-Tos ferina
Haemophilus b
Meningitis C

18

años

Difteria-Tétanos-Tosferina
Sarampión-Rubéola-Parotiditis

6

Varicela*

11

Difteria-Tétanos

14

* sólo para niños que no hayan padecido la enfermedad ni hayan sido vacunados contra la varicela

CURSOS

FORMACIÓN
CONTINUADA

Logoss

Telf. 902 153 130

C/. Camino de las niñas, 12, Ciudad Jardín
(Urb. Entrecaminos). 23170 CP. La Guardia de Jaén (Jaén)
formacion@logoss.net www.logoss.net

CURSOS PUNTUABLES EN TODO EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD

Para la Carrera Profesional, Concurso-Oposición,
Bolsas de Trabajo, Traslados... según Leyes:

16/ 2003 de Cohesión y Calidad del Sistema Nacional de Salud

44/ 2003 de Ordenación de las Profesiones Sanitarias

55/ 2003 del Estatuto Marco del personal estatutario de los Servicios de Salud

FORMALIZACIÓN DE MATRÍCULA:

La matrícula se realizará mediante ingreso o transferencia bancaria. El abono se efectuará en los siguientes números de cuenta, a nombre de **FORMACIÓN CONTINUADA LOGOSS**:

CAJA RURAL JAÉN:

Entidad: 3067 - Oficina 0070 - D. C. 11 - N° de cuenta: 1149775023

SANTANDER CENTRAL HISPANO:

Entidad: 0049 - Oficina 1888 - D. C. 64 - N° de cuenta: 2110047244

- Una vez efectuado el ingreso, remitir mediante carta, la hoja de matrícula, original o copia del resguardo del ingreso bancario y fotocopia del D.N.I. a Formación Continuada Logoss. - Apartado de Correos 491 - 23080 JAÉN.
- Si lo desean, pueden formalizar la matrícula directamente en nuestra sede, C/ Camino de las niñas, 12, Ciudad Jardín (Urb. Entrecaminos). 23170 CP. La Guardia de Jaén (Jaén). Tel. 953 24 55 00.
- Se admitirán matrículas por fax (953 24 54 82), siempre y cuando sean legibles. Se recomienda confirmar su correcta inscripción al día siguiente.
- **Matrículas por internet.** El alumno podrá cumplimentar el formulario que encontrará en nuestra **página Web** y remitir por correo o fax el comprobante del ingreso bancario y fotocopia del D.N.I.
- Si a los 5 días siguientes de la recepción de la matrícula no ha recibido el material del curso, rogamos nos lo comunique. Todos los cursos incluyen envío por **Seur 24 horas**.

HOJA DE MATRÍCULA PARA ATS/DUE

ESCRIBA EL NOMBRE DE EL/LOS CURSOS EN QUE DESEE MATRICULARSE

Esta hoja debidamente cumplimentada (en mayúscula o a máquina), se enviará junto al resguardo original o copia del ingreso bancario y fotocopia del D.N.I.

Apellidos: _____
Nombre: _____ D.N.I.: _____
Dirección: _____
Municipio: _____ Provincia: _____
C.P.: _____ Año en que finalizó su diplomatura: _____
Teléfono: _____ Móvil: _____
E-Mail: _____
Entidad y fecha en la que realizó el abono bancario: _____

- SOLICITA YA GRATUITAMENTE Y SIN COMPROMISO NUESTRO CATÁLOGO COMPLETO DE CURSOS, EL CUAL INCLUYE LA FORMA DE MATRICULARSE.
- DISPONEMOS DE MÁS DE 120 CURSOS PARA ENFERMERÍA, AL IGUAL QUE LOS EXPUUESTOS EN ESTA PÁGINA, DE ONCOLOGÍA, QUIRÓFANO, PEDIATRÍA, FARMACOLOGÍA, ETC... CON ACREDITACIÓN DE LA CPC (MINISTERIO DE SANIDAD).
- SI HAS FINALIZADO O FINALIZAS LA DIPLOMATURA ESTE AÑO, CONSULTA NUESTRAS OFERTAS ESPECIALES.



ACTUACIÓN DE ENFERMERÍA ANTE LOS CAMBIOS GERIÁTRICOS, FÍSICOS, PSÍQUICOS Y SOCIALES

1. HACERSE MAYOR. UNA HISTORIA NATURAL.
2. CAMBIOS FÍSICOS Y PSÍQUICOS EN LA VEJEZ.
3. PROBLEMÁTICA SOCIAL EN ANCIANOS.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 25 de las 33 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

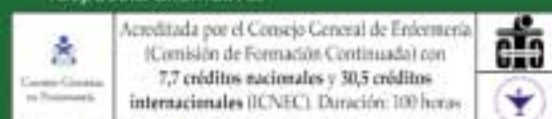


COMUNICACIÓN Y ASISTENCIA AL ANCIANO PARA ENFERMERÍA

1. COMUNICACIÓN CON EL ANCIANO.
2. ASISTENCIA SANITARIA AL ANCIANO.
3. DISPOSITIVOS DE ACOGIDA Y ASISTENCIA.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 32 de las 42 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

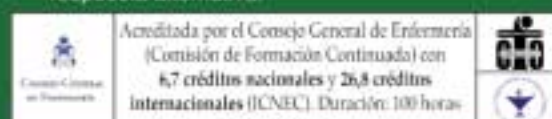


VALORACIÓN DE ENFERMERÍA EN GERIATRÍA Y CUIDADOS DE LAS ÚLCERAS POR PRESIÓN

1. VALORACIÓN GERIÁTRICA.
2. ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS EN ANCIANOS.
3. ÚLCERAS POR PRESIÓN.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 25 de las 33 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.



PRECIO CONJUNTO
DE ESTAS
8 ACTIVIDADES:
150 EUROS

incluye envío urgente del material

DISTANCIA

idades acreditadas por el Consejo General de Enfermería en virtud de la encomienda de
de la acreditación de formación continuada realizada por los Ministerios de Educación,
Cultura y Deportes y de Sanidad y Consumo.



es de formación continuada acreditadas por el Consejo Internacional de Enfermeras con
Créditos Internacionales de Formación Continuada de Enfermería (ICNEC).



CUIDADOS DE LAS ALTERACIONES DEL MOVIMIENTO EN GERIATRÍA PARA ENFERMERÍA

1. CAÍDAS EN LA PERSONA MAYOR.
2. INMOVILIDAD EN EL ANCIANO.
3. INCONTINENCIA URINARIA.
4. SÍNDROME CONFUSIONAL.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 32 de las 43 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

	Acreditada por el Consejo General de Enfermería (Comisión de Formación Continuada) con 12,1 créditos nacionales y 48 créditos internacionales (ICNEC) . Duración: 100 horas	
--	--	--

CUIDADOS ENFERMEROS EN LAS ALTERACIONES DE CONDUCTA Y DEPRESIÓN DEL ANCIANO

1. DEPRESIÓN EN LOS ANCIANOS.
2. ALTERACIONES DE LA CONDUCTA EN EL ANCIANO.
3. SUEÑO EN ANCIANOS. INSOMNIO Y CALIDAD DE VIDA.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 25 de las 32 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

	Acreditada por el Consejo General de Enfermería (Comisión de Formación Continuada) con 7,4 créditos nacionales y 31,4 créditos internacionales (ICNEC) . Duración: 100 horas	
--	---	--

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LAS ENFERMEDADES DEGENERATIVAS EN LA VEJEZ

1. ALZHEIMER. LA ENFERMEDAD DEL OLVIDO.
2. ENFERMEDAD DE PARKINSON.
3. ARTROSIS. ENFERMEDAD DEGENERATIVA ARTICULAR.
4. OSTEOPOROSIS. LA FRAGILIDAD EN LOS HUESOS.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 32 de las 42 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

	Acreditada por el Consejo General de Enfermería (Comisión de Formación Continuada) con 8,9 créditos nacionales y 35,3 créditos internacionales (ICNEC) . Duración: 100 horas	
--	---	--

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LAS ALTERACIONES DE LOS SENTIDOS Y LA ALIMENTACIÓN EN EL ANCIANO

1. ALTERACIONES DE LOS SENTIDOS EN EL ANCIANO.
2. MALNUTRICIÓN EN PERSONAS MAYORES.
3. TRASTORNOS ANÉMICOS EN LA EDAD AVANZADA.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 24 de las 31 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

	Acreditada por el Consejo General de Enfermería (Comisión de Formación Continuada) con 7,5 créditos nacionales y 28,9 créditos internacionales (ICNEC) . Duración: 100 horas	
--	---	--

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LAS PATOLOGÍAS DE RIESGO CARDIOVASCULAR EN GERIATRÍA

1. DIABETES MELLITUS.
2. HIPERTENSIÓN ARTERIAL.
3. ACCIDENTE CEREBROVASCULAR.
4. PATOLOGÍA TUMORAL EN EL MAYOR.

PRUEBA EVALUATORIA

Para superar el curso será necesario contestar correctamente 13 de las 18 preguntas tipo test, con respuesta alternativa.

	Acreditada por el Consejo General de Enfermería (Comisión de Formación Continuada) con 6,7 créditos nacionales y 26,6 créditos internacionales (ICNEC) . Duración: 100 horas	
--	---	--

Logos tu mejor elección

Logos



OBSEQUIOS

MATRICULÁNDOTE EN ESTAS 8 ACTIVIDADES RECIBIRÁS UN PACK DE OBSEQUIOS, SEGÚN OFERTA VIGENTE. CONSULTENOS

Un pack por alumno. Oferta válida hasta fin de existencias.

ASEUA

Técnicas de enfermería para la administración de fármacos en el Soporte Vital Avanzado

INTRODUCCIÓN

La administración de fármacos y fluidos es una parte importante de los cuidados en el Soporte Vital Avanzado (SVA). Para ello sería ideal poder contar siempre con un buen acceso venoso. Pero esto no siempre es posible en un primer momento y tenemos que hacer uso de otras técnicas que permitan proporcionar al paciente esos fármacos y fluidos hasta la consecución de una vía venosa óptima.

Por ello creemos que el profesional de enfermería de urgencias debe tener el máximo conocimiento y práctica de todas estas técnicas para una buena atención al paciente durante el SVA.

En este artículo los autores no pretenden explicar de una manera exhaustiva todas las técnicas y sí destacar lo que a juicio de estos son particularidades importantes del SVA y técnicas de enfermería menos comunes aunque no por ello menos importantes.

Soporte Vital Avanzado

El término de Soporte Vital Avanzado (SVA) se refiere al conjunto de procedimientos terapéuticos encaminados a restaurar el latido cardíaco efectivo en los pacientes con parada cardíaca (PC) o a prevenir su aparición en el curso de una situación crítica, preservando la función de los órganos y sistemas vitales.

A diferencia del Soporte Vital Básico (SVB), durante el SVA, son imprescindibles una serie de conocimientos y entrenamiento en el uso del material complementario.

Administración de fármacos durante el SVA

El método de elección para conseguir el acceso a la circulación en el SVA es el cateterismo venoso. Otras alternativas posibles para la administración de fármacos durante la reanimación cardiopulmonar (RCP) son la vía intratraqueal e intraósea.

Especificar que en adultos la primera vía de elección es la vena periférica, seguida de la central y la intraósea. En los niños la segunda elección es la intraósea y después la central.

VÍA VENOSA PERIFÉRICA

Ante una PC o colapso circulatorio en un enfermo sin vía venosa canalizada, la vía de elección es una **vena antecubital** (basílica, cefálica). La vena antecubital es más segura, rápida de obtener, sigue un patrón anatómico regular y no se necesita interrumpir las maniobras de RCP mientras se canaliza. Además permite en ocasiones colocar un catéter central a su través (vía central a partir de periférica).

La vena yugular externa es una alternativa y exige personal más entrenado.



Técnica de punción de la vena yugular externa.

Si en el momento de la PC el paciente ya tiene una cánula en una vena, utilizar ésta para la administración de fármacos. La única excepción son las venas de las manos y de las piernas (durante la RCP el masaje cardíaco no consigue un flujo sanguíneo significativo desde estas hacia el corazón), que no son aconsejables para la administración de fármacos durante el SVA.

En **pacientes estables** se deben elegir las venas distales del antebrazo.

Cuando se utiliza una vía periférica durante el SVA se recomienda, tras la administración de cada fármaco, «lavar» la vía venosa con un bolo de 20 cc. de suero fisiológico y elevar la extremidad, en su caso, para facilitar el acceso de la medicación a la circulación central.

Está contraindicado proceder a la canalización de una vena periférica cuando existe desestructuración de la anatomía proximal a la vía por traumatismo, estenosis, etcétera.

CANALIZACIÓN DE LA VENA YUGULAR EXTERNA

Indicaciones

Es una buena alternativa cuando carecemos de un acceso venoso periférico, por contraindicación o imposibilidad de canalización (pacientes en situación de shock). Puede transformarse en acceso central, introduciendo una guía metálica a su través hasta la vena cava superior, colocando posteriormente sobre la guía metálica un catéter mas largo.



Contraindicaciones y precauciones

- Contraindicada si se debe girar la cabeza, en pacientes con sospecha de lesión cervical.
- Precaución en pacientes que no toleren el decúbito supino o trendelemburg.
- Contraindicada en lesiones penetrantes de cuello y precaución en traumatismo cerrado importante o lesión de tejidos blandos del cuello.

Técnica

Anatómicamente la vena yugular externa se encuentra en la cara lateral del cuello, por encima y cruzando al músculo esternocleidomastoideo. Es preferible la del lado derecho por su mejor accesibilidad a la vena cava superior.

1 Colocamos a la víctima en posición de Trendelemburg. Colocamos la cabeza del paciente hacia el lado contrario al elegido para la punción (**no víctimas traumáticas**), girando hasta visualizar la vena, no más, porque por la tensión superficial la vena se colapsa y no la visualizamos.

2 Conectar al angiocatéter una jeringa de 10 ml. con 2 ml. de SF.

3

Limpiar bien la zona de punción con un antiséptico.

4

Localizamos la vena y la fijamos con el dedo pulgar e índice de forma longitudinal. Con este último se realiza un suave «torniquete» sobre el extremo distal de la vena (justo por encima de la clavícula).

5

Penetramos en la piel con un ángulo de unos 20 grados sobre el plano frontal, en el punto medio situado entre el ángulo de la mandíbula y la línea claviclar en dirección hacia el hombro del mismo lado, aspirando con el émbolo hasta que refluya sangre en la jeringa.

6

Retiramos la aguja con la jeringa y se tapona la entrada del catéter con un dedo para evitar que se produzca una embolia gaseosa.

7

Se conecta el catéter al sistema de goteo.

8

Fijación del catéter con un punto a la piel (es difícil de fijar y se pierde con facilidad).

Complicaciones

Potencial infección y desarrollo de flebitis, formación de hematoma que puede comprometer la vía respiratoria, punción inadvertida de estructuras subyacentes (vena yugular externa, arteria carótida), embolia gaseosa.

VÍA VENOSA CENTRAL

Las principales ventajas de las vías venosas centrales sobre las periféricas consisten en que consiguen una distribución de fármacos más rápida y permiten administrar soluciones irritantes e hipertónicas y medir la PVC. Además, pueden ser el único acceso venoso posible en pacientes en los que las venas periféricas están colapsadas. Sin embargo la punción venosa central no se considera la técnica de elección durante la RCP, por que obliga a interrumpir el masaje cardiaco (excepto en el acceso femoral), es técnicamente más difícil que el acceso periférico y tiene más complicaciones potenciales. Durante la RCP, sólo se recomienda el cateterismo central cuando no se ha conseguido una vía venosa periférica.

VÍA INTRAÓSEA

Consiste en la introducción de un catéter metálico en el interior de la médula ósea de un hueso largo. Es una vía que permite una velocidad de acción similar a la de las vías venosas y es válida para la administración de cualquier tipo de fármacos y líquidos. Debe considerarse como una medida temporal de emergencia hasta que se logra otro acceso vascular. Se recomienda su retirada antes de 24 horas desde su cateterismo.

Indicaciones

En niños menores de 6 años la administración de fármacos a través de la vía intraósea es eficaz y segura para aquellas situaciones de emergencia en las que es difícil de conseguir un acceso venoso de forma rápida. Durante la RCP infantil, se recomienda intentar el acceso intraóseo cuando no se haya conseguido una vía venosa en 90 segundos.

Contraindicaciones y precauciones

- Pacientes con fracturas de extremidades inferiores.
- Colocación a través de tejidos quemados (para reducir riesgo de infección).
- Pacientes con trastornos óseos.
- Sitios con infección de tejidos blandos.

Material

Agujas manuales o pistolas tanto pediátricas como adultas.



Técnica de punción intraósea en adultos.

Técnica

Es necesario mantener la asepsia durante su colocación, ya que las complicaciones infecciosas (osteomielitis) pueden ser muy graves.

En niños menores de 6 años flexionar la rodilla 30° y realizar la punción perpendicularmente a 1-3 cm. por debajo de la tuberosidad tibial en la cara antero-interna.

En niños mayores de 6 años y en adultos se recomienda la punción en el punto medio de la tibia distal, por encima del maléolo interno, proximalmente a la articulación del tobillo y al cartílago de crecimiento.

Se reconoce que la aguja ha penetrado en la médula ósea cuando se percibe pérdida de resistencia (atravesada la corteza anterior del hueso), la aguja permanece en posición vertical sin apoyo, se aspira médula ósea a través de la aguja y existe flujo libre de la infusión sin infiltración subcutánea significativa.

Si la aguja se obstruye con médula ósea debe sustituirse por otra insertada en el mismo punto. Para evitar la obstrucción del catéter se debe mantener una infusión continua a su través o realizar lavados de la vía con bolos de 5 ml. de suero salino, cada 15 minutos.

Complicaciones

Punción de la corteza posterior, fuga del líquido del lugar de infusión, embolia grasa, osteomielitis potencial, fracturas tibiales.

VÍA ENDOTRAQUEAL

Es una buena vía de administración de fármacos como por ejemplo la adrenalina. Se calcula que su empleo como vía inicial reduciría en casi cuatro minutos el tiempo en que se pone la primera adrenalina.

Se pueden administrar por vía endotraqueal: adrenalina, atropina, lidocaína, naloxona, diacepam y midazolam. No se pueden administrar otros fármacos o fluidos por esta vía.

Indicaciones

Situaciones en las que no se dispone de un acceso venoso periférico rápido y es de vital importancia la administración de estos fármacos.

La víctima debe estar intubada.

Técnica

La medicación se prepara diluyendo la dosis de fármaco (que suele ser de 2-3 veces superior a la endovenosa) en SF en una jeringa hasta 10 ml. Se traspasa el contenido de la jeringa a otra de alimentación (50 ml.) y se llena el resto de aire.

Posteriormente se retira la conexión del tubo endotraqueal y se empuja el contenido de la jeringa enérgicamente en el interior del tubo endotraqueal (mezcla de aire y dilución). Seguidamente se dan 5 insuflaciones con el balón resucitador y se conecta de nuevo el TOT al ventilador.

VÍAS PARA LA ADMINISTRACIÓN DE FÁRMACOS Y LÍQUIDOS EN SVA INFANTIL

En los niños la canalización de una vena durante el SVA puede ser difícil sobre todo en situaciones de PCR, en la que sus pequeños vasos están colapsados.

Dada la necesidad urgente de conseguir un acceso vascular es imprescindible establecer un orden de prioridades que se basa en los siguientes criterios:

1

Canalización de venas periféricas: si bien es cierto que cualquier vena periférica puede ser útil en RCP, deben elegirse en primer lugar las venas de la fosa antecubital. Los angiocatéteres son los dispositivos preferidos para la canalización venosa. Si tras 90 segundos no se ha conseguido su canalización, debe buscarse una vía alternativa.

2

Si el niño está intubado, puede utilizarse el tubo endotraqueal para introducir a su través algunos fármacos útiles en RCP (sobre todo adrenalina, quedando los demás muy limitados en su utilización).

Se carga la dosis estimada de fármaco, por ej. adrenalina (0'1 ml/kg de adrenalina al 1/1000) a la que se añade una cantidad de SF proporcional al peso del paciente (aprox. 0'5 ml/kg); se mezclan la adrenalina y el suero fisiológico en una jeringa cuya capacidad debe ser muy superior al volumen de dicha mezcla y se administra igual que en la técnica del adulto.

3

Si el niño no está intubado y/o es necesaria la infusión de líquidos, se canalizará una vía intraósea por la que, además puede profundirse cualquier fármaco.

4

Si también fracasa la vía intraósea, se recurrirá a la punción percutánea urgente de la vena femoral o a la disección de la vena safena.■

BIBLIOGRAFÍA

- *Recomendaciones en Reanimación Cardiopulmonar Avanzada*. SEMES. 1999.
- *Manual de Soporte Vital Avanzado*. M. Ruano. 2ª edición. 1999. Ed. MASSON.
- *Manual de Asistencia Prehospitalaria en Emergencias y Catástrofes*. Fco. Martín Rodríguez, Juan F. Delgado Benito, Luis Orbañanos Peiros. Fundación Enfermería Castilla y León. 2004.
- *Técnicas Invasivas en Medicina de Urgencias*. Antonio González Varela, Alberto Herrero Negueruela y Francisco Bustó Prado. Editorial ARAN. 2000.

Los enfermeros, más cerca del Mediterráneo

Los colegiados pueden alojarse en la Residencia de San Juan a precios especiales

Gracias al convenio de colaboración firmado con el Grupo PSN, los profesionales del Colegio de Enfermería de Zaragoza están en disposición de acceder en condiciones ventajosas a los productos y servicios que ofrece Previsión Sanitaria Nacional, entre ellos la posibilidad de alojarse en la Residencia de San Juan a precios especiales.

Este complejo residencial se alza como el buque insignia del Grupo PSN y es uno de los principales argumentos en los que la Entidad sustenta su carácter único en el mundo profesional. Ubicado en la localidad alicantina de San Juan, el Complejo disfruta de una geografía y climatología extraordinarias: a 2 kilómetros de la playa, a 15 del aeropuerto, a 7 de Alicante... y con una temperatura media de 18 grados.

La Residencia está formada por tres edificios con más de 300 habitaciones que se comunican mediante una galería acristalada, albergando cada uno diferentes servicios como salas de estar, zonas de juegos, restaurantes y habitaciones.

Uno de los principales atractivos del Complejo radica en que está situado en un entorno rodeado de 60.000 metros cuadrados de jardines, en los que se puede pasear, hacer deporte y realizar todo tipo de actividades al aire libre.

También hay que destacar sus salones, con distintas capacidades y disposiciones, para la celebración de congresos y encuentros profesionales. Otra de las alternativas que ofrece es la organización de eventos familiares tales como comuniones, bodas o encuentros de promoción universitaria.

Además, la Residencia de San Juan oferta a lo largo del año distintos programas de actividades, con precios especiales para los colegios que tengan firmado un acuerdo de colaboración con PSN, como las semanas colegiales. Esta iniciativa consiste en estancias de siete días en el Complejo en las que se reúnen compañeros de trabajo, del colegio profesional o un grupo de amigos para los que se organiza un programa de excursiones por el entorno. La Residencia gestiona desde el autocar hasta las entradas a los museos o los guías.

En definitiva, la Residencia de San Juan es el lugar idóneo para que los profesionales pasen unas vacaciones junto a su familia, sus amigos o sus compañeros de trabajo.



(Alicante)

Ya está todo preparado para que disfrute junto a su familia de estas fiestas junto al mar

Concierto de Saxofones a cargo del conjunto musical "Saxteum" compuesto por 15 músicos de la provincia

Animación Infantil: juegos, talleres, gymkanas, cine...

Actividades lúdico-deportivas (Con suplemento):

Golf: green fee desde 48 €/persona y día

Tenis: cursos y torneos en nuestras pistas

Náutica: alquiler de velero o crucero por la Costa

Parques Temáticos: Terra Mítica, Terra Natura,

Ciudad de las Artes y las Ciencias.

... y muchas más actividades

Oferta Semana Santa:

Colectivo con acuerdo: Desde **44,68 €/persona y día***

* Temporada de Semana Santa en habitación doble compartida y régimen media pensión con bebida en las comidas. IVA no incluido. Consulte otras modalidades.

Además:

Alojamiento niños gratis, compartiendo habitación con 2 adultos para estancias de 5 o más noches.

Validez de la oferta: 10/4 -15/4.



Dr. Pérez Mateos, 2
03550 San Juan (Alicante)
www.perezmateos.com

Información y reservas: 965 65 33 00
www.perezmateos.com

Grupo **PSN**

Asociación de Enfermeros Especialistas en Salud Mental de Aragón AENESMA

Begoña Muñoz Zaragoza, David Orcajo Villapún, Miriam Acín Navarro, Elena Feja Solana.
Enfermeros Especialistas en Salud Mental.



Foto: Fco. Núñez Arcos

Algunos de los Especialistas en Salud Mental promotores de la fundación de la Asociación de Enfermeros Especialistas en Salud Mental de Aragón-AENESMA.

Las inquietudes de un grupo de profesionales Especialistas de Salud Mental de Aragón, que comparten deseos de comunicación y encuentro, se conjugan para poner en marcha, en el verano de 2005, un movimiento organizativo que desemboca en la creación de la Asociación de Enfermeros Especialistas en Salud Mental de Aragón-AENESMA-, que tiene como objetivos principales la promoción del desarrollo de los cuidados enfermeros de Salud Mental, accesibles a toda la población, y a la vez servir de foro independiente de encuentro para el desarrollo de esos cuidados enfermeros.

Historia de la Enfermería en Salud Mental

La regulación de las actuales especialidades de Enfermería tiene su origen en el Decreto del 4 de Diciembre de 1953, en el cual se autoriza al Ministerio de Educación y Ciencia para la creación de las especialidades para Ayudante Técnico Sanitario que se considerasen convenientes y expedir los respectivos diplomas. De acuerdo con esto se crearon las especialidades:

- Asistencia Obstétrica (matrona)
- Fisioterapia (convertida en escuela universitaria en 1980)
- Radiología y electrología
- Podología
- Pediatría y puericultura
- Neurología
- Psiquiatría
- Análisis clínico
- Urología y nefrología.

Integrados los estudios de Ayudantes Técnicos Sanitarios en la universidad como Escuelas Universitarias de Enfermería en 1977, no se procedió a desarrollar las especialidades adecuadas a la nueva titula-

ción, sino que, al contrario, se autorizó a los Diplomados en Enfermería a que cursasen las especialidades existentes para los ATS. Este sistema peculiar y atípico de ordenación académica debía ser necesariamente transitorio. Las modificaciones sufridas en las necesidades asistenciales por cubrir, motivadas por el constante progreso científico y por el cambio de énfasis en la previsión de servicios sanitarios del hospital hacia la atención primaria y la atención preventiva, así como los condicionamientos que supone el ingreso de España en la Comunidad Económica Europea, de los que se deriva la necesidad de ordenar el número, contenido y denominación de las especialidades de enfermería, impulsaron la creación del Real Decreto 992/1987, del 3 de Julio, por el que se regula la obtención del título de especialista. De este modo se suprimen las anteriores especialidades de ATS y se crean las siguientes especialidades de enfermería:

- Enfermería obstétrico ginecología (matronas)
- Enfermería pediátrica
- Enfermería de salud mental
- Enfermería de salud comunitaria
- Enfermería de cuidados especiales

- Enfermería geriátrica
- Gerencia y administración de enfermería.

Serán los Ministerios de Educación y Ciencia y de Sanidad y Consumo, junto con el Consejo de Universidades los responsables de establecer los programas de formación de dichas especialidades. Por otro lado, se crea el Consejo de Nacional de Especialidades de Enfermería que, como órgano de consulta y asesoramiento de los Ministerios de Educación y Ciencia y de Sanidad y Consumo en estos asuntos, permitirá a la administración tomar las decisiones que proceda con el debido apoyo científico y técnico.

¿Cómo acceder al título de Especialista en Salud Mental vía EIR?

A pesar de la creación de la especialidad de Salud Mental en 1987, no fue hasta 1998 que se completó su desarrollo y se pudo optar a cursarla. Desde entonces el acceso a la especialidad de Salud Mental y a la especialidad obstétrico-ginecológica se viene realizando por la vía EIR

(Enfermero interno residente). La prueba de acceso de ámbito nacional y común para poder cursar ambas especialidades consiste en un examen tipo test de 110 preguntas a realizar durante 2 horas. El pasado 21 de enero tuvo lugar dicha prueba para optar a las plazas ofertadas de la próxima promoción de enfermeros especialistas. En ella más de 9.000 personas optaban a conseguir una de las 111 plazas de Salud Mental y 320 plazas de obstétrico-ginecológica.

Una vez realizado el examen y computado el baremo del expediente académico y profesional, según el puesto adjudicado a cada aspirante realizará la elección de plaza en Madrid. La formación del residente de Salud Mental se realiza a lo largo de un año en las unidades docentes acreditadas de España. Existe en Zaragoza desde 2001 la Unidad Docente de Salud Mental, que ha fomentado el desarrollo de la especialidad a nivel de todo Aragón. Hasta la fecha han sido formados 10 enfermeros especialistas, a finales de Mayo concluirán su formación los tres actuales residentes.

Durante el período formativo se adquieren conocimientos teórico-prácticos mediante la rotación por los distintos dispositivos de la red de Salud Mental (CSMA, CSMIJ, Unidad de Agudos, Rehabilitación, Hospital de Día,...) y la asistencia a seminarios, congresos, sesiones clínicas y cursos formativos. A todo ello se suma la realización de un proyecto de investigación a lo largo del año.

Este proyecto supone en muchos casos el primer contacto del profesional con el campo de la investigación en enfermería y pese a su alta dificultad aporta técnicas, medios y agilidad en la búsqueda de información, proposición y contraste de hipótesis, elaboración de planes de actuación y utilización de metodología estadística.

Al finalizar el año se procede a la valoración de los méritos del residente para otorgarle, o no, el título que desde el Ministerio de Sanidad y Consumo le acredita como Enfermero Especialista de Salud Mental. De este modo se garantiza una formación de calidad. ■

Asociación de Enfermeros Especialistas en Salud Mental de Aragón AENESMA

Desde el verano de 2005, y a partir de las inquietudes de varios especialistas de Salud Mental de Aragón formados en diferentes puntos de España, se inició un movimiento organizativo que ha desembocado en la creación de la Asociación de Enfermeros Especialistas en Salud Mental de Aragón (AENESMA). Todos compartíamos en deseo de comunicación y encuentro. Y pese a que nos enfrentábamos a grandes retos y dificultades, como la diversidad de trabajo, horarios, escasez de tiempo; hemos logrado solventar todo ello gracias a una gran motivación y la necesidad que desde la propia enfermería de Salud Mental surge.

La Asociación tiene su sede ubicada en el Colegio de Enfermería de Zaragoza y sus objetivos principales son:

- Promover el desarrollo de los cuidados enfermeros de Salud Mental, accesibles a toda la población.
- Potenciar la creación y desarrollo de la categoría profesional de Enfermero de Salud Mental.
- Desarrollar proyectos que promuevan la participación de los sectores sociales donde actúa la Enfermería de Salud Mental, promoviendo líneas de trabajo comunes con entidades y colectivos de índole socio-comunitaria.
- Contribuir en la formación de los futuros especialistas de Salud Mental desde las Unidades Docentes, en la formación continuada del colectivo enfermero en general y en la educación sanitaria del conjunto de la sociedad mediante programas de tipo preventivo que promuevan estilos de vida saludables.

■ Defender la presencia y participación activa de la Enfermería de Salud Mental en los organismos públicos competentes en materia de planificación y resolución de problemas de Salud Mental de la población.

■ Fomentar el estudio y la investigación en aspectos relacionados con metodología y cuidados enfermeros de Salud Mental, promoviendo el desarrollo científico de este campo.

■ Servir como foro independiente de encuentro para el desarrollo de los cuidados enfermeros en Salud Mental, que a su vez promueva la coordinación de la enfermería en la red sanitaria en general y específica de Salud Mental y que fomente el intercambio científico entre los profesionales.

Desde la Asociación queremos invitar a todos los especialistas en Salud Mental a ponerse en contacto con nosotros, con el fin de elaborar un listado no oficial enmarcado en la Comunidad de Aragón. Así mismo la Asociación está abierta como recurso de tipo informativo, asesor, de coordinación o apoyo a todas aquellas personas que por unas u otras circunstancias hayan establecido contacto con la Salud Mental o tengan interés en hacerlo, tanto en el ámbito de la enfermería como en el de la sociedad en general.

Para entrar en contacto de la forma más rápida y operativa os emplazamos a la dirección: aenesma@hotmail.com. El acto de presentación de la Asociación tendrá lugar en el próximo mes de abril en el Colegio de Enfermería de Zaragoza. Será un momento para acercarnos, conocernos y establecer contacto. Estáis todos invitados. Informaremos de la fecha en la página web del Colegio ocez.net ■

2º Curso teórico-práctico de Cuidados Naturales y Terapias Alternativas en Enfermería

- **Lugar:** Aula del Colegio de Enfermería de Zaragoza.
- **Duración:** 31 horas. Las alumnas realizarán durante el curso ejercicios teórico-prácticos tutorizados.
- **Fechas:** 5-6-7-8-9-12 y 13 de junio de 2006.
- **Horario:** De 16:30 a 20:30 horas.
- **Precio:** 49 Euros.

PROGRAMA

- Bases Legales.
- Iniciación a los conceptos de Medicina Naturista.
- Técnicas más frecuentes usadas en las Terapias Alternativas.
- Técnicas de Energía. Teoría y Práctica.
 - Ejercicios para Sentir la Energía. Aprender a Descansar y Recargarnos.
- Fitoterapia.
 - Principales Plantas. Indicaciones y Contraindicaciones.
 - Elaboración Práctica de Remedios.
- Hidroterapia: Como hacerlo en Casa o en un Balneario.
- Salud en el Hogar y en el Trabajo: Peligros para la Salud. Práctica de mediciones y Soluciones. Geobiología.
- La Alimentación.
 - Diferentes Modelos. Otros Alimentos.
 - Elaboración práctica de platos.
- Yoga y Técnicas de Relajación. Teoría y práctica.

PROFESORADO

Juani Lahuerta Casedas. Diplomada y Licenciada en Empresariales, Profesora de Yoga y Técnicas de Relajación. Profesora de Enfermería Naturista en la Escuela de Enfermería de Zaragoza.

Tomás Fernández Fortún. Diplomado en Enfermería. Postgrado en Medicina Naturista, Miembro de S.E.E.H.A., Miembro del Comité de Expertos para la Regulación de los Cuidados Naturales en España. Profesor de Enfermería Naturista en la Escuela de Enfermería de Zaragoza.

DIRECCIÓN DE CONTACTO

Monseñor Óscar Romero, 3, 6º V. 50004 Zaragoza.
Tel: 976 437 376 • E-mail: juani10802@lycos.es
Web: <http://juaniytomas.atspace.com>



SECCIÓN DE ENFERMERÍA NATURISTA

Curso de Fitoterapia y Farmacia Natural para Enfermería

- **Fechas:** 14 y 21 de mayo, 4 y 18 de junio de 2006.
- **Nº alumnos:** máximo de 30.
- **Duración:** 61 horas teórico-prácticas. Las alumnas realizarán durante el curso ejercicios teórico-prácticos tutorizados.
- **Lugar de realización:**
 - Práctico sobre el terreno.
 - Colegio Público Lucas Arribas. Camino Valdía s/n, Morata de Jalón.
- **Horario:**
 - Las salidas durarán todo el día.
 - El traslado y las comidas correrán a cargo de cada participante.
 - Se repartirá mapa para el desplazamiento.
- **Lugar y hora de salida:** 09:00 horas. Puerta facultad nueva de medicina. C/ Domingo Miral s/n.
- **Precio:** 99 euros.

Incluye: Apuntes completos sobre fitoterapia, cd-vademecum de fitoterapia, recolección de plantas medicinales para uso propio, asesoría sobre patologías, prácticas sobre el terreno y los productos de farmacia realizados serán para las alumnas.

PROFESORADO

Francisco Bernal Alfonso. Profesor de Educación Física ESO, Postgrado en Medicina Naturista, Quiromasajista y Experto en Plantas Medicinales.

Alfredo Martínez Cabeza. Divulgador Medioambiental, Experto en Botánica, Medioambiente y Energías Renovables.

Profesor Colaborador: **Tomás Fernández Fortún.** Diplomado en Enfermería, Postgrado En Medicina Naturista, Coordinador S.E.N.

LLEVAR ROPA Y CALZADO ADECUADO, GORRA Y AGUA.

OBJETIVOS

- Dar a conocer a enfermería las plantas medicinales, usos, contraindicaciones, modos de utilización, principios activos, identificación, recolección, secado y conservación.
- Aprendizaje y elaboración de remedios desde un punto de vista profesional.



Foto: Fco. Núñez Arcos

PROGRAMA

- Botánica básica. Morfología.
- Técnicas de recolección, secado y conservación.
- Principios activos.
- Modos de utilización: aceites, jarabes, pomadas, tinturas, tisanas...
- Usos populares y científicos.
- Las plantas medicinales autóctonas por aparatos, sistemas y enfermedades.
- Aprendizaje y elaboración práctica de remedios con plantas medicinales, (destilación, tisanas, ceratos, maceraciones...).

INFORMACIÓN

976 356 492 / 976 437 376

**SUSCRIPCIÓN
GRATUITA**

Todo lo que necesitas saber, cada semana en tu e-mail.

Diario Enfermero

El primer boletín electrónico
semanal de noticias dirigido
específicamente a los enfermeros.

SUSCRIPCIÓN GRATUITA
a través del portal web
<http://www.enfermundi.com>

Información de calidad sobre la actualidad enferme-
ra y sanitaria (profesión, sanidad, formación univer-
sitaria y continuada), entrevistas a los personajes
más relevantes y la agenda más completa con todos
los congresos, jornadas y convocatorias de premios
y becas.

**diario
Enfermero**
CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA



6 abril España/Delhi ■ 04:40 horas, Presentación en Aeropuerto de Madrid, Trámites de Facturación y Embarque. ■ **06:40 horas**, Salida destino Viena. ■ **09:05 horas**, Llegada a Viena y enlace con vuelo destino Delhi. ■ **13:35 horas**, Salida con destino Delhi. Llegada a Delhi 00:10 horas del día 07 abril. Asistencia y traslado al Hotel.

7 abril Delhi Visita del Viejo Delhi, Mezquita Jama Masjid, El Fuerte Rojo, Visita Del Raj Ghat, donde se encuentran las tumbas de Gandhi y Nehru, la Calle Chandi Chowk, el museo Gandhi, el Mercado Paharganj, el Templo Jainista de Sis Ganj Gurudera y el Tiend de Halidram.

8 abril Delhi Visita de Nueva Delhi recorriendo: Templo de Humayun y el Templo de Lotus, El Minarete Qutub Minar (1199) de 73 metros (el más alto del mundo), la Puerta de la India, y el Monumento de Marcaba de Sal, entre otros.

9 abril Delhi/Samode/Jaipur 256 Km. Salida por carretera hacia Jaipur visitando el Palacio de Samode y almuerzo en el Samode Palace, continuación hacia Jaipur. Por la tarde Panoramic Tour de Jaipur y Ceremonia de Aarthi.

10 abril Jaipur/Amber/Jaipur Por la mañana visita del Fuerte Amber, accediendo en 4 X 4 Jeeps o a lomos de elefantes. Por la tarde visita de la ciudad: El City Palace, El Palacio de los Vientos y el Observatorio Astrológico.

11 abril Jaipur/Fatehpur/Sikri/Agra 236 Km. Salida por carretera hacia Agra. En ruta visita de Fatehpur Sikri, con la tumba de Salim Chisti: El Punch Mahal. Por la tarde visita al Taj Mahal, monumento de mármol de legendaria belleza.

12 abril Agra Por la Mañana visita del Fuerte de Agra y Sikandra: Tumba de Akbar. Tarde libre.

13 abril Agra/Gwallior Embarque en el tren Shatabdi Express. Llegada a Gwallior. Por la tarde visita el fuerte de Gwallior y el Jai Vilas Palace.

14 abril Gwallior/Jhansi/Orcha/Khajuraho 185 Km Embarque en el Tren Shatabdi Express. Llegada a

Jhansi y traslado por carretera hasta Khajuraho, con visita en ruta de Orcha. Almuerzo en el Hotel Amar Mahal/Orcha.

15 abril Khajuraho Por la mañana visita de los templos eróticos de la Dinastía Candela: Chaunset Yogini, Mahadev, Chitrugupta, Vishwanath, Nandu, Lakshmana y Visha.

16 abril Khajuraho/Benares Traslado al aeropuerto. Vuelo en Dirección Varanasi. Por la tarde visita de la ciudad en la que veremos el templo de la Madre India, que posee un mapa tridimensional de la India en mármol blanco, el templo de Durga y Tulsi Manas Mandir, la Universidad de Benares y la Mezquita del emperador Aurangzeb.

17 abril Benares/Kathmandú Al amanecer paseo en barca por el río Ganges donde observaremos las ceremonias de purificación y los peregrinos en los Ghats. Traslado al aeropuerto para coger el avión con destino Kathmandú.

18 abril Kathmandú/Swayambunath/Patan/Kathmandú Visita de la ciudad la Plaza Durbar, Hanuman Dhoka, la antigua Residencia Real, el templo Mahadev y Parvati, Machender Bahl el lugar sagrado de los budistas e hindúes, el templo de Kumasi y los Bazares, la Estupa de Swayambunath. Por la tarde visita de Patán: Vieja Ciudad Newar, la Puerta de Oro, el templo de Teleju y la Estatua de Yogendra Malla.

19 abril Kathmandú/Bhadgaon Bodhnath/Pashupatinath/Kathmandú Por la mañana visita de Bodhnath, una de las estupas más grandes del mundo. Se visitarán así mismo los templos de Pashupatinath y Badhgaon. Tarde libre.

20 abril Kathmandú/Delhi Mañana Libre. Traslado al aeropuerto para embarcar hacia Delhi. Traslado al hotel Radisson, cena y descanso.

21 abril Delhi/España ■ 01:50 Salida con destino Viena. Noche a bordo. ■ **06:10** Llegada a Viena y enlace con destino Barcelona. ■ **10:25** Salida de Viena, con llegada a Barcelona a las 12:55 horas.■

Viaje de autor a India y Nepal

Guía Acompañante: **Valentín Dieste**



Información y reservas:

Sanclemente, 18
Teléfono **976 794 343**
Fax **976 794 340**
www.viajesorienta.com



Precio del programa

Por persona: 2.155.€ en habitación doble.
Habitaciones Individuales: Consultar.
Vuelo Intercontinental para inscripciones antes del 28 febrero: 820 € + tasas aéreas. (Austrian Airlines).
Viaje limitado a un mínimo de 20 pasajeros y un máximo de 28.

Precio incluye:

Régimen de Pensión completa, Guía profesor acompañante desde Zaragoza durante todo el viaje, Todos los traslados. Acomodación en hoteles categoría 5* y 4* Superior.

Precio no incluye:

Tasas aéreas intercontinentales, Tramitación de Visado y tasas de la embajada, Bebidas en los almuerzos y cenas.

Otra forma de viajar: Turismo para Desarrollo Sostenible

Somos los dueños de nuestro propio destino

Elena López, Asun Francisco y Fanana Susín

Elena, Asun y Fanana tres amigas del Postgrado de Medicina Naturista de la Universidad de Zaragoza, decidimos probar en nuestro viaje a NEPAL otra alternativa al turismo actual y ha resultado una inolvidable experiencia humana con un disfrute de lo Auténtico.

Contactamos con el Centro para el Desarrollo e Investigación de Comunidades (C.C.O.D.E.R.)* a través del libro «Otros Mundos. Viajes alternativos y solidarios», editado por Intermon 2004 y consultado en la tienda de Comercio Justo de Tasba Pri, en Fernando el Católico. Por medio de emails fuimos concretando con el Director del Centro, el Dr. Govinda, el tipo de trekking que queríamos hacer: Queríamos una ruta de 10 días en el Valle contiguo a Gorkha (nada turístico), con jornadas de 4-5 horas de camino en torno a los 2.000 m. de altitud. Soñábamos con integrarnos en la vida de las aldeas que descubriéramos en el camino y alimentarnos según sus costumbres, vivir su día a día y alojarnos en sus casas.

También teníamos interés en conocer los frutos de la ONG: cooperativas, escuelas y cultivos de plantas medicinales. Y todo ello se nos organizó de forma individualizada. Contamos con un guía muy preparado que resultó ser una gran persona, Babu, y un porteador enérgico y risueño, Arsun.

Hemos viajado en otoño (septiembre a noviembre), que junto con los meses de primavera (marzo a mayo), fuera de la estación monzónica, son los recomendables para viajar a Nepal.

El recibimiento en el aeropuerto por parte de C.C.O.D.E.R. te da una idea de su buen trabajo y atenciones que vas a recibir hasta que dejes Nepal. En su bienvenida disfrutas de parte de su tradición (con sonriente hospitalidad y flores), traslado a un Hotel con el que tienen un acuerdo (Norbu Linka, en el centro turístico: Thamel) y atenta disposición para satisfacer tus dudas, necesidades... en un inglés asequible y correcto.

Nuestra ruta ha transcurrido a lo largo de dos ríos. Cruzando riachuelos a pie o por puentes colgantes, subiendo y bajando valles con desniveles de 800 a 2.400 m. y con tres caudivadoras cordilleras de los Himalaya de telón de fondo (Annapurna, Manaslu y Ganesh).

Recibíamos una alegre bienvenida en las aldeas (con guirnaldas de flores, ritual del té, muchos niños entrañables y sonrisas espontáneas). La acogida en las casas donde las familias nos integraban en su vida y costumbres era cálida y atenta.

Hemos comido arroz, lentejas y vegetales cocinados a fuego lento en sus cocinas de barro y brasas. Aprendido canciones tradicionales, nos han mostrado sus huertos, arrozales, establos de búfalos, recolección del cereal con hoces, molinos de piedra, mantequeras, panales de miel, cultivo de plantas medicinales y templos hinduistas y budistas. Dormimos en camas de fibra de arroz, contemplamos la Naturaleza virgen, espectaculares salidas y puestas de sol, participamos en las danzas del Festival Tihar...

Nuestro guía Babu, persona excepcional, ha sido nuestro intérprete, en ocasiones cocinero, organizador flexible, paciente compañero e introductor en su cultura, religión, historia y costumbres nepalíes, además de mostrarnos el impulso dado por C.C.O.D.E.R. a la comunidad.

Este impulso contempla una mejora a nivel sanitario, promoviendo hábitos higiénicos y alimenticios y Atención Primaria basada en plantas medicinales autóctonas, a nivel educativo, creación de escuelas de calidad con clases impartidas en inglés en la mayoría de asignaturas. Desarrollo socio-económico, con asequibles microcréditos para inversión en agricultura y ganadería autoabastecible, generación de empleo impulsado por el turismo sostenible, cultivo de plantas medicinales..., todo ello bajo criterios de preservación del medioambiente, tradición y costumbres, y con el lema: «Somos los Dueños de nuestro propio Destino».

Una experiencia inolvidable.

**¿Quiéres conocer Nepal?
Contacta con C.C.O.D.E.R.:**

www.ccoder.org / contact@ccoder.org

*C.C.O.D.E.R. (Center for Community Development & Research). Centro para el Desarrollo e Investigación de Comunidades.



Elena con peques y Asun en un columpio de bambú. Hacia Khimp.



Cocinera en Lamidanda.

Nepal

País asiático de incalculable belleza y rica biodiversidad. Alcanza unos desniveles desde 60 m. por encima del nivel del mar hasta la cima del Everest con 8.848 m, y se definen diferentes climas desde el subtropical al ártico.

Ocho de las cimas mas altas de la tierra se encuentran allí, aunque no resulta ser una limitación de cara al turismo, pues se puede acceder sin gran preparación a trekkings de menor altura y grandes vistas.

Nepal tiene una población de 23 millones, con rápido crecimiento demográfico, 40 etnias distintas y una religión mayoritaria: el hinduismo, con un 80% de fieles. Lo completa un colectivo de budistas, ya que Buda nació en Lumbini-Nepal, y una minoría de musulmanes y cristianos.

Su renta per cápita es de las más bajas en el mundo, con 270 \$, con una economía basada en la agricultura, y con el turismo y la exportación como motores de desarrollo. Utiliza su recurso natural más abundante, los ríos y sus caídas de nivel, como principal fuente energética, siendo, tras Brasil, el país de mayor energía hidroeléctrica. ■



Templete y Manaslu.



Club del Viajero

Comisión de Acción Social

Creado para fomentar el contacto entre los profesionales de enfermería, el **Club del Viajero** quiere crear un espacio en el que tengan cabida las ideas y propuestas de los aficionados a viajar.

Nuestro propósito es organizar un viaje de fin de semana cada trimestre y uno más largo cada año, además de excursiones de un día a distintos destinos y con diferentes finalidades (culturales, gastronómicas, lúdicas, etc.). Esperamos vuestras sugerencias, serán las que nos ayuden a determinar los

lugares que vamos a visitar o las actividades que son objeto de vuestras preferencias. Para afiliarse al **Club del Viajero** del Colegio –es gratuito– la única condición es estar colegiado o ser familiar que conviva con el titular y comunicarlo a la secretaría del Colegio. Para organizar cada actividad contamos con el apoyo de empresas especializadas, que nos asesorarán en toda nuestra programación, en la que los afiliados disfrutarán de unos precios especiales. Los familiares y amigos no convivientes también pueden benefi-

ciarse de nuestras ofertas, con tarifas de acompañante. La adjudicación de las plazas para cada viaje o actividad se realizará por riguroso orden de inscripción. Os informaremos de todo puntualmente.

Esperamos que os animéis, contamos con vosotros para hacer muchos y extraordinarios viajes y cuantas actividades nos sean demandadas. Tendréis información puntual en las páginas de esta Revista y en la web del Colegio www.ocez.net ■

¿Por qué contratar un seguro con AMA?

la mutua de los
profesionales sanitarios

A.M.A.

agrupación mutual
aseguradora



Un **profesional sanitario** sabe la importancia de estar asegurado.
Frente a los riesgos patrimoniales y personales **AMA** tiene
la mejor respuesta del mercado actual.
Conozca algunas de las razones:

MUTUA SIN ÁNIMO DE LUCRO

AMPLIA RED DE OFICINAS

IGUALDAD DE DERECHOS

SERVICIO EN INTERNET

MEJORES PRODUCTOS,
PRECIOS Y GARANTÍAS

CLUB AMA, MÁS SERVICIOS

SERVICIO PERSONALIZADO

300.000 MUTUALISTAS NOS AVALAN

...Y TODO ELLO CON EL RESPALDO DE LA GRAN MAYORÍA DE LOS COLEGIOS PROFESIONALES SANITARIOS

Por todas estas razones cada día son más los profesionales sanitarios que confían en AMA.
Y usted, ¿qué espera para contactarnos?

General Sueiro, 8 . 50008 Zaragoza

Tel.: 976 223 738 • Fax: 976 229 958

zaragoza@amaseguros.com

www.amaseguros.com



MANUAL DE EMBARAZO Y PARTO DE ALTO RIESGO

Autoras:

Elizabeth Stepp Gilbert y
Judith Smith Harmon.

Revisión:

Roser Álvarez Miró.

Edita:

Elsevier España, S.A.



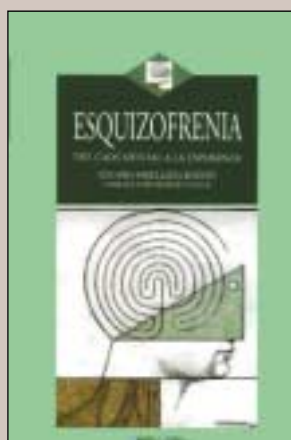
LOS INSTRUMENTOS COMPLEMENTARIOS DE LOS CUIDADOS ENFERMEROS

Autora:

Júlia López Ruiz.

Edita:

Col·legi Oficial
d'Infermeria de Barcelona.



ESQUIZOFRENIA. DEL CAOS MENTAL A LA ESPERANZA

Autores:

Eduard Parellada Rodón y
Emilio Fernández Egea.

Edita:

Morales i Torres Editores,
S.L.



LACTANCIA MATERNA

Autora:

María José Aguilar
Cordero.

Edita:

Elsevier España, S.A.

SEGURO

DE RESPONSABILIDAD CIVIL PROFESIONAL

Tu Colegio te protege con:



1.803.000* euros

aproximadamente
300 millones de pesetas

* Y hasta un tope máximo de 12.600.000 euros
(aproximadamente 2.100 millones de pesetas).



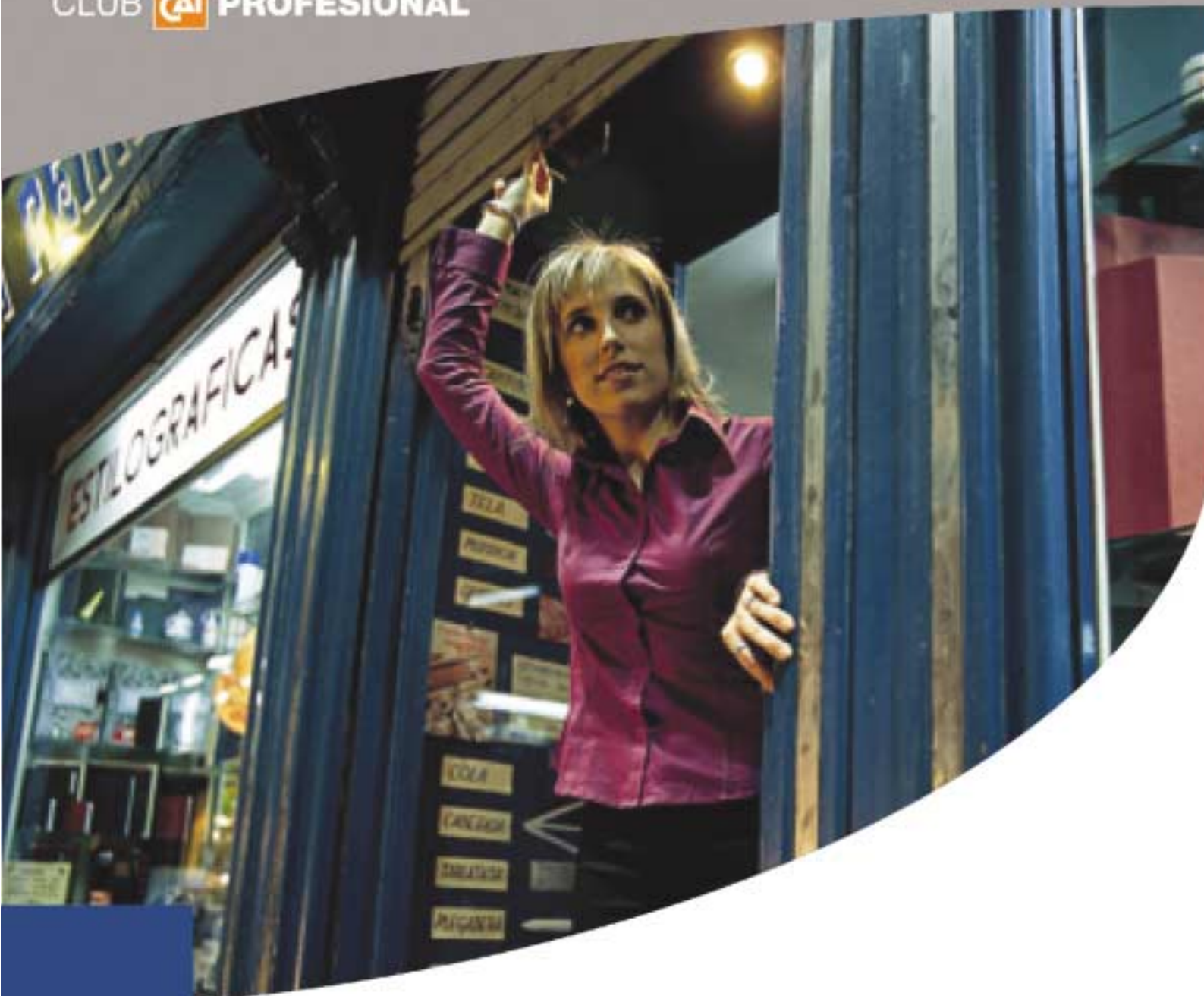
XIII CONGRESO NACIONAL DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA GERIÁTRICA Y GERONTOLÓGICA LA CALIDEZ EN LOS ANCIANOS

- **Fechas:** Del 27 al 29 de abril de 2006.
- **Lugar:** Congress-Palace Palma-Poble Espanyol. 07014 Palma de Mallorca.
- **Organiza:** Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontología.
- **Información:** Unicongress.
Teléfono 933 672 420
Fax 934 146 817
E-mail: congresoeeegg2006@unicongress.com
Web: www.unicongress.com/congresoeeegg2006 ■

XXI REUNIÓN DE LA SOCIEDAD EUROPEA DE MEDICINA NATURAL CLÁSICA MATERNIDAD: GESTACIÓN, PARTO, LACTANCIA Y PRIMERA INFANCIA

- **Fechas:** Del 12 al 14 de mayo de 2006.
- **Lugar:** Facultad de Medicina. Universidad de Zaragoza.
- **Participan:** Entre los ponentes se encuentran las/os zaragozanas/os: María Jesús Blázquez, María José Lacalzada, Dolores Romano, Pablo Saz Peiró y María Carmen Tejero.
- **Información:** Dr. Pablo Saz Peiró. Dpto. de Preventiva y Salud Pública. Facultad de Medicina. Aulario B. Domingo Miral, s/n. 50009 Zaragoza. Teléfonos: 976 761 000. Ext. 4412 / 639 020 881 / 654 706 440
E-mail: pablosaz@unizar.es
maria.ortiz@telefonica.net ■





dedicas tu vida

Un nuevo Club CAI
para el comerciante,
el autónomo,
el profesional libre,
el emprendedor.

INFORMACIÓN

Si quieres recibir información sobre Bolsas de trabajo, Oposiciones, etc., tanto de la provincia como a nivel nacional, rellena el presente impreso y envíalo al Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza.

N.º de Colegiado: _____



Tomás Bretón, 48 pral. Edificio Torresol. 50005 Zaragoza



976 356 492



976 559 774



ats@ocez.net

Nombre y apellidos: _____

Dirección: _____

C.P.: _____

Población: _____

Teléfono: _____

Situación laboral: _____

Correo electrónico: _____

BASES PRESTACIONES SOCIALES

Comisión Acción Social



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

■ MATRIMONIO –150 Euros–:

Copia de inscripción en el registro civil o fotocopia compulsada del libro de familia y D.N.I. del/los solicitantes, si ambos son colegiados.

■ NACIMIENTO –150 Euros–:

Copia de inscripción en el registro civil o fotocopia compulsada del libro de familia y D.N.I. del solicitante.

■ DEFUNCIÓN –300 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 se publicarán en la revista **Noticias de Enfermería** salvo petición expresa en contra por escrito, por parte de los interesados.■

TELÉFONO AZUL

DE LA ENFERMERÍA ESPAÑOLA

Las 24 horas del día
los 365 días del año

902 50 00 00

Un teléfono azul para la enfermería

Pl. Fernando el Católico, 61. 50006 Zaragoza
Tel.: 976 351 090. Fax: 976 569 464

Avenida María Zorobabuena, 40. 50015 Zaragoza
Tel.: 976 740 090. Fax: 976 740 098

EUROPA
ELECTRODOMÉSTICOS
Líderes en precio y servicio

C/da. de Los Toreros, 19. 50008 Zaragoza
Tel.: 976 481 265. Fax: 976 486 037

www.europa-elect.com

Gran oferta para el colectivo colegial de Enfermería



▲
Frigoríficos de última generación
con distintos tamaños y máxima
eficiencia energética.



▲
Lavadoras de amplias
prestaciones, hecho diseño y
fácil manejo.



▲
Lavavajillas con indicadores Led's
de fase de programa, sistema
antidesbordamiento y bajo nivel
sonoro.



▲
Televisores plasma o LCD con alta
resolución WEGA, con conexiones
para PC y T.V. digital.

GRANDES EXPOSICIONES · ATENCIÓN PERSONALIZADA · FACILIDADES DE PAGO · PRIMERAS MARCAS

ASESORÍA JURÍDICA

Juan Carlos Campo Hernando.

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

- Lunes y jueves, de 18:30 a 20:30 horas. Martes y miércoles, de 12 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 a 20 horas, previa petición de hora. Tramitación gratuita de la jubilación.

SERVICIOS GENERALES

- Atención inmediata por parte del Presidente. Horario de 11 a 13 horas. Casos urgentes: Teléfono Presidente 629 420 641.
- Tramitación de colegiación: altas, traslados.
- Certificados de colegiación, responsabilidad civil, cuota, etc.
- Registro de Títulos.
- Tramitación de bajas por jubilación, fallecimiento, traslado no ejerciente.
- Cambios de cuentas corrientes.
- Información a domicilio sobre bolsas de trabajo, oposiciones, etc., previa solicitud.
- Información del BOE y BOA.
- Inserción de anuncios en el tablón del Colegio, en la revista **Noticias de Enfermería** y en la página web www.ocez.net.
- Inserción de ofertas de trabajo en la página web www.ocez.net.
- Compulsa gratuita de documentos.
- Teléfono azul de la Enfermería 902 500 000, 24 horas.
- Conexión a internet.

PRESTACIONES SOCIALES

- Ayudas por matrimonio, nacimientos y defunciones.

SEGUROS

- Responsabilidad civil profesional (1.803.000 euros aprox./300 millones de ptas. y hasta 12.600.000 aprox./2.100 millones de ptas.).

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 3.300 volúmenes y 3.500 revistas especializadas.

ACTOS SOCIALES E INSTITUCIONALES

- Celebración de la festividad del Patrón, San Juan de Dios.
- Juramento Deontológico de Nuevos Colegiados y entrega de insignias 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 plata de las distintas promociones.
- Organización del Día de la Familia de la Enfermería.

BECAS Y AYUDAS

- Convocatoria anual de Becas y Ayudas a la Formación Continuada.

- Ayudas para asistencia a Congresos, Jornadas y Seminarios, siempre que se presenten ponencias, comunicaciones o posters y hayan sido aceptadas por la organización.

- Subvenciones para Congresos, Jornadas y Eventos relacionados con la Enfermería.

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

➤ Justificar la inscripción.

➤ Justificar la asistencia.

➤ Solicitarlo por escrito dirigido al Presidente.

PREMIOS

- Convocatoria anual del Premio Científico, los 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 ats@ocez.net (Zaragoza) y ats2@ocez.net (Calatayud).

- Revista científica **Cuidando la Salud**, de publicación anual.

- Revista **Noticias de Enfermería** de información general y periodicidad bimestral, que también se encuentra integrada en la página web 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



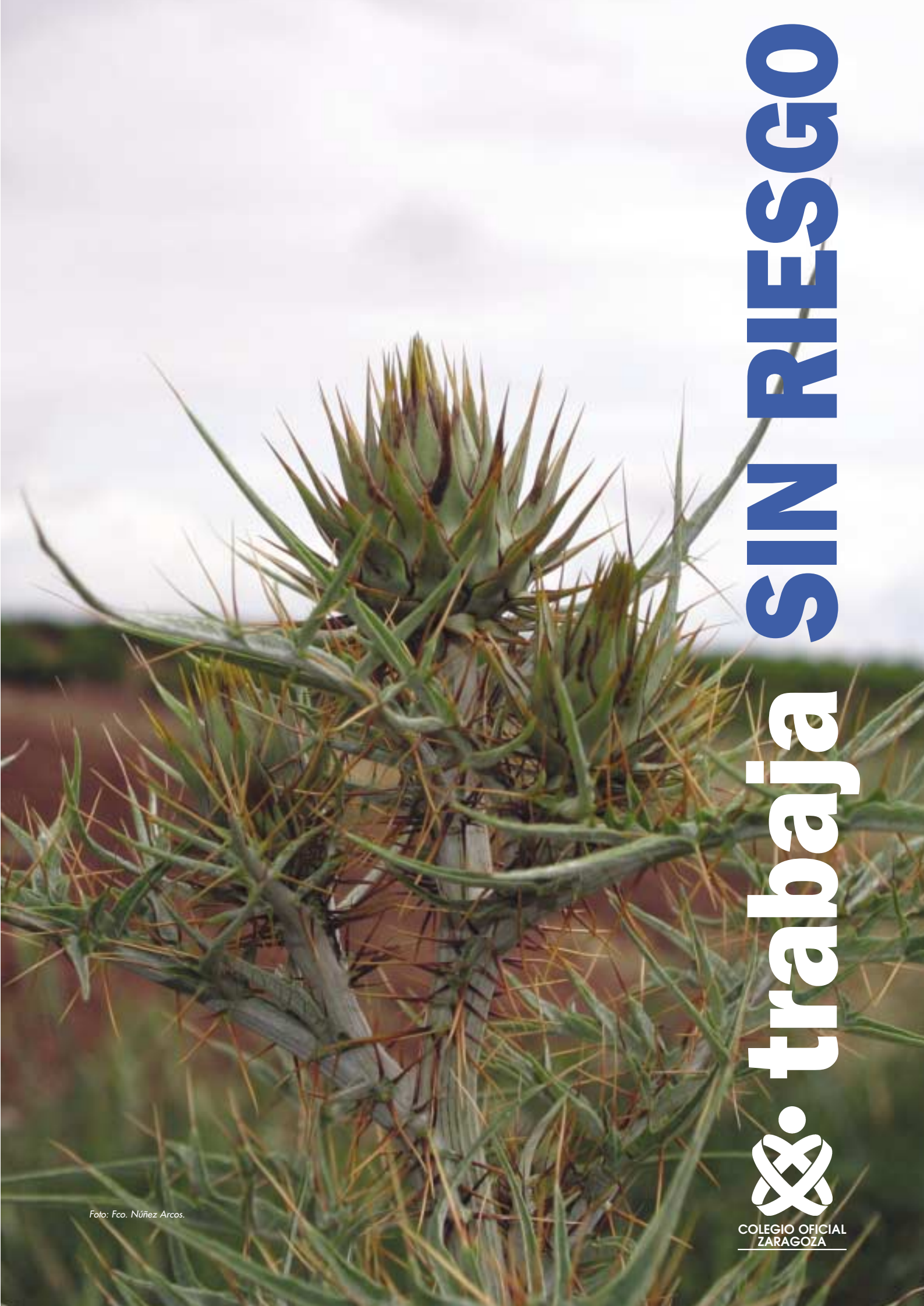
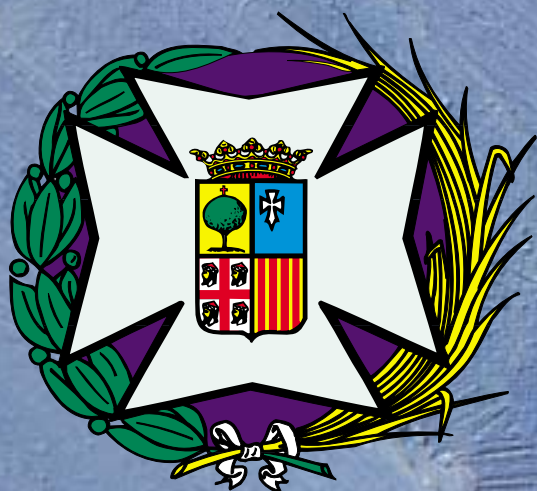


Foto: Fco. Núñez Arcos.



COLEGIO OFICIAL
ZARAGOZA

trabaja SIN RIESGO



RESPALDO
Y
RECONOCIMIENTO