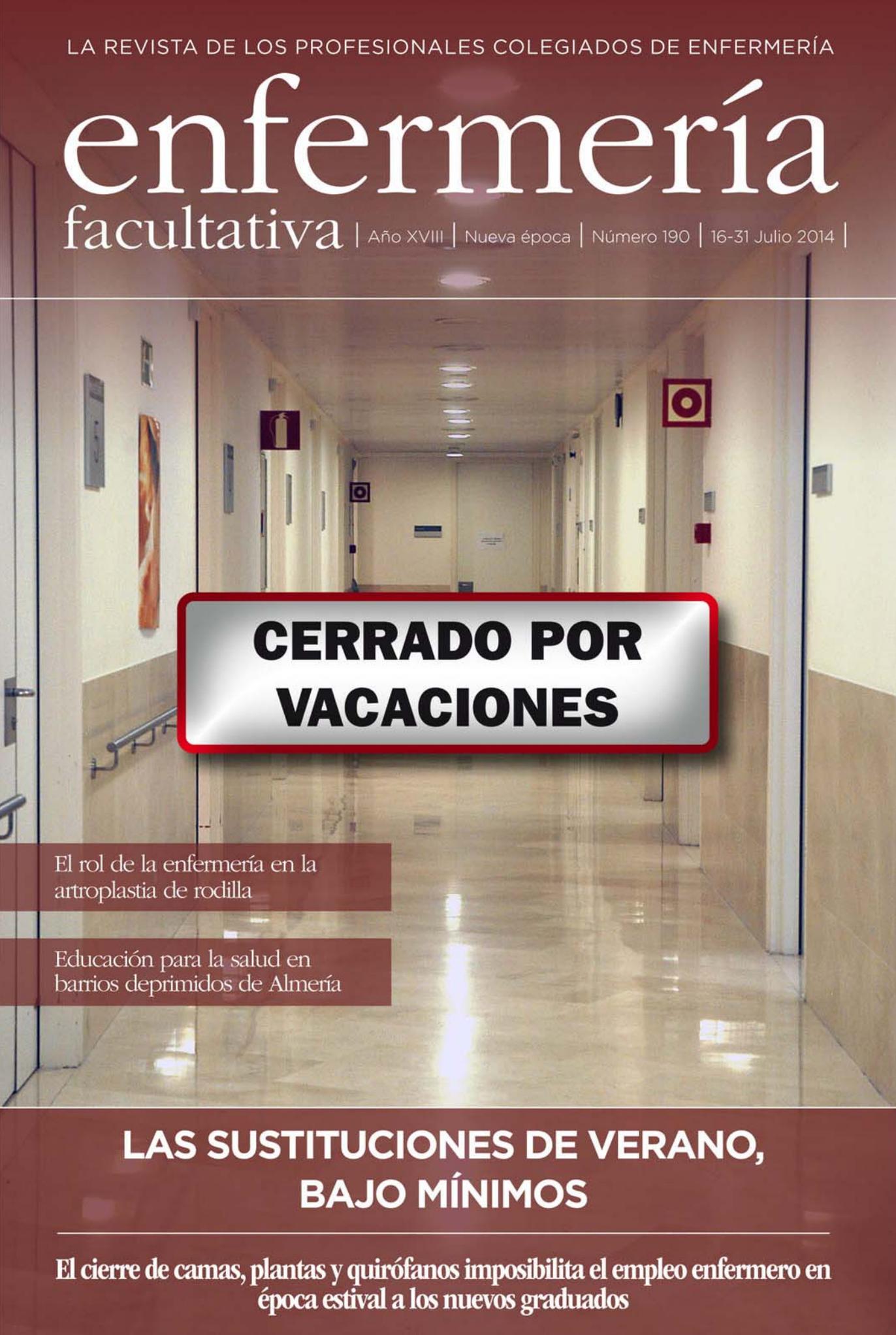


enfermería

facultativa | Año XVIII | Nueva época | Número 190 | 16-31 Julio 2014 |



**CERRADO POR
VACACIONES**

El rol de la enfermería en la
artroplastia de rodilla

Educación para la salud en
barrios deprimidos de Almería

**LAS SUSTITUCIONES DE VERANO,
BAJO MÍNIMOS**

El cierre de camas, plantas y quirófanos imposibilita el empleo enfermero en
época estival a los nuevos graduados



DESCUBRE TODAS LAS SORPRESAS QUE CLUB ENFERMERÍA TE HA RESERVADO.



Accede a www.clubenfermeria.com, perfil de Facebook o Twitter y mantente informado de las últimas novedades y ofertas exclusivas que tenemos para ti.



clube!
club enfermería

www.clubenfermeria.com

“

EDITORIAL

”



Máximo González Jurado

Presidente del Consejo General de Enfermería.

El futuro también se va de vacaciones

Llega el verano y con él las merecidas vacaciones que también se dejan sentir en los servicios sanitarios. Cierre de camas, de plantas, de quirófanos, de consultas. La sanidad parece que también se va de vacaciones, que ya no hay pacientes a los que atender y que la enfermedad también desaparece del mapa, al menos sobre el papel de los cierres veraniegos.

También llega la época de las sustituciones del personal, pues las vacaciones de unos suponen el empleo para otros. Los estudiantes de Enfermería acaban de terminar sus estudios y para ellos también es el momento de encontrar su primer empleo como enfermeros. Así era al menos hasta la llegada de la crisis. Los servicios sanitarios se rifaban a los recién titulados. El desempleo en la profesión, que antes era anecdótico, en verano no sólo era inexistente sino que incluso había muchos profesionales que doblaban turnos para cubrir todas las vacantes.

Pero con la crisis todo eso ha cambiado. Los recién graduados suerte tendrán si de aquí a diez años consiguen un empleo estable, al menos en la sanidad pública. Antes será imposible, pues todas las bolsas de empleo —no digamos ya las oposiciones que prácticamente no se convocan— cuentan con miles de inscritos que acumulan años de experiencia, pero no tienen plaza.

Ante esta situación, ¿qué futuro tienen los jóvenes enfermeros? Hablamos de precariedad laboral, en el mejor de los casos, en el peor, del abandono de la profesión o la emigración del país para poder organizar su vida.

Con este panorama, realmente tenemos que empezar a plantearnos la lógica de nuestro modelo. ¿Tiene sentido que estemos formando a 10.000 enfermeros, que son los que se gradúan cada año, para que su destino sea la cola del paro o la emigración? ¿Podemos invertir tanto tiempo, dinero y esfuerzo, habida cuenta de que la formación universitaria en su mayor parte es pública? ¿Podemos permitirnos perder a todos esos profesionales cuando nuestro sistema sanitario tiene un grave déficit de enfermeros? Hemos invertido en su formación, pero a pesar de que les necesitamos no les contratamos. Con todo este sinsentido parece que también estamos mandando el futuro de nuestros enfermeros, y de nuestro sistema sanitario, de vacaciones.



MACROSIMULACRO
de fin de curso con
la participación de
los alumnos de los
tres cursos de
experto

Modalidad presencial + on-line
2014-2015

HAZTE

Experto universitario en

Enfermería en los cuidados críticos

20
créditos
ECTS
(500 horas)

MATRICÚLATE YA
LLAMA E INFÓRMATE EN EL **91 334 55 00**



Sumario

Año XVIII
Nueva época
Número 190
16 - 31 Julio 2014



Actualidad

6

Portada
La sanidad cierra por vacaciones

12

Noticias
– La enfermería no podrá defender su legítimo derecho a dirigir centros de salud en Madrid
– Entrevista con Fernando Sartorius: “Hay que prescribir ejercicio, que es el mejor antidepresivo”

Cooperación

La salud cambia el destino a niños y adultos en los barrios deprimidos de Almería

26

Sociolaboral

La enfermería y la cateterización arterial periférica

30

Opinión

Fidel Rodríguez: La mala educación

31

Agenda

Próximos congresos

34

Servicios profesionales



Ocio y cultura



36

Viajes
Eslovenia, la joya de los Balcanes

40

Motor
Toyota Aygo: Una equis señala la ciudad

42

Exposición
Mitos del pop

44

Cine
Transcendence, provocadora advertencia

Staff

Director: Máximo González Jurado. **Subdirector:** Florentino Pérez Raya. **Director técnico:** Iñigo Lapeira (ilapetra@consejogeneralenfermeria.org). **Coordinador editorial:** David Ruipérez (druiperez@consejogeneralenfermeria.org). **Redactores:** Gema Romero (g.romero@consejogeneralenfermeria.org), Alicia Almendros (a.almendros@consejogeneralenfermeria.org), Ana Muñoz (a.muñoz@consejogeneralenfermeria.org), Ángel Martínez (angel.martinez@consejogeneralenfermeria.org). **Consejo editorial:** Pilar Fernández, José Ángel Rodríguez, José Vicente González, Fidel Rodríguez, Rafael Lletget, Francisco Corpas, José Luis Cobos, Mercedes Gómez del Pulgar, Mónica Rivero, David Sánchez y Juan Carlos Gómez. **Asesores Internacionales:** María Teresa Monzón, Alina Souza. **Diseño:** Kelsing Comunicación. **Maquetación:** Fernando Gómara y Ángel Martínez. **Edición ortográfica y gramatical:** Verbalia. **Ilustraciones:** Augusto Costhanzo.

Enfermería Facultativa: C/ Fuente del Rey, 2, 28023. Madrid. Suscripciones y modificación de datos: 902 500 000. Redacción: Tel.: 91 334 55 13. prensa@consejogeneralenfermeria.org. Marketing y publicidad: Tel.: 91 334 55 20. Edita: Consejo General de Enfermería. Depósito legal: M-30977-1995. ISSN: 1697-9044. Ámbito de difusión: nacional.



LA SANIDAD CIERRA POR VACACIONES

Entrada principal - Hospital Infanta Leonor (Madrid)

GEMA ROMERO. Madrid

Adecuar la oferta a la reducción de demanda asistencial durante el periodo estival. Esa es la excusa que ponen, año tras año, los servicios de salud de las distintas comunidades autónomas para proceder al cierre de camas hospitalarias, la reducción de intervenciones quirúrgicas o limitar las sustituciones del personal sanitario que disfruta de sus merecidas vacaciones. En 2013 se cerraron más de 14.000 camas en España y, según las cifras que han ido anunciando las distintas consejerías, este año el dato será muy similar. ¿Pero realmente

se reduce la demanda? ¿Hay menos pacientes en verano? Para José Luis Cobos, director del Observatorio Enfermero del Consejo General de Enfermería, “las listas de espera, que no dejan de crecer, parecen desmentirlo”. Para este experto “lo que realmente se produce es una mayor presión asistencial en las, ya de por sí saturadas, manos de los profesionales sanitarios que trabajan en verano”.

La reducción en el número de camas se mantiene, por comunidades autónomas, en cifras que van desde el 8% de Cantabria, el 14% de Galicia,

el 24% de Andalucía o de entre el 30 y el 50% de Castilla-La Mancha, según las fuentes.

También los centros de salud ven cerradas sus puertas, algunas de forma total, como sucede en Murcia en 21 de sus 180 centros, aunque lo generalizado es cerrar por las tardes, como hace Andalucía, donde el 83% de los centros

Se sustituye al 60-70% de los enfermeros

de Atención Primaria no abrirá después de las 3 de la tarde.

Estas reducciones de puestos asistenciales tienen su reflejo también en la cobertura del personal de vacaciones. Así, en el caso de la enfermería en casi todas las comunidades autónomas ronda en torno al 60-70%, con porcentajes superiores en Atención Primaria frente a hospitalaria. Las peores cifras las ofrecen Extremadura y Murcia —aunque Aragón, Asturias, Navarra, Baleares, Madrid y Castilla y León no han presentado datos— que sólo van a cubrir a uno de cada tres profesionales de vacaciones en los hospitales. En Andalucía teóricamente se sustituye al 80% del personal

sanitario, pero con contratos al 75% de jornada.

Pero ¿qué criterio se sigue para adoptar estas decisiones? Para José Luis Cobos, no está nada claro. “Se va ajustando de un año a otro según los resultados, que siempre demuestran que los recursos disponibles han sido insuficientes. Como casi todo en la sanidad se hace sin datos ni estudios rigurosos sobre las necesidades de personal”.

Refuerzo turístico

El contrapunto al cierre generalizado lo suponen las zonas turísticas, especialmente en el litoral mediterráneo, pues hay poblaciones costeras de Valencia, Andalucía o Murcia que en verano pueden duplicar o triplicar su población. Por ello, en las zonas de mayor afluencia se procede al refuerzo sanitario. Así, en la Comunidad Valenciana se abrirán 47 consultorios, con la contratación de 126 enfermeras para trabajar en ellos. En Andalucía se sumarán 183 profesionales sanitarios a los centros de Atención Primaria de las zonas costeras y en Murcia se abrirán 61 centros para desplazados, 24 de ellos específicos como consulta de enfermería.

Paradigmático es el caso canario, zona de atracción turística donde las haya, pero donde no se refuerza la atención a los turistas. Tal y como señala José Ángel Rodríguez, presidente del Colegio de Enfermería de Santa Cruz de Tenerife, “lo único que está establecido es el refuerzo en urgencias cuando se supera determinada ratio de pacientes, el resto se ‘soluciona’ atrasando las consultas y ampliando las listas de espera, pues no hay un incremento

En 2013 se cerraron 14.000 camas en España

como tal de dotaciones asistenciales”.

Vacaciones vs. empleo

Las vacaciones de unos suponen el empleo para otros. La llegada del verano y el fin de las clases también supone el momento para encontrar el primer trabajo como enfermero. Así era al menos hasta la llegada de la crisis. Los servicios sanitarios se rifaban a los recién titulados. De hecho, los navarros, los primeros en finalizar sus estudios, sabían que ya en junio empezaban a trabajar en el Servicio Gallego de Salud, porque allí terminaban más tarde.

También era muy habitual que los recién graduados tuvieran que simultanear trabajos para no perder puestos en la bolsa de trabajo. Ese es el caso de Milagros Moya que terminó la carrera en 2009. Ese verano y el siguiente dobló turnos en el Hospital General de Ciudad Real y en una

Si crees que con la falta de personal en verano se pone en riesgo tu seguridad o la de tus pacientes. ¡Denúncialo!
www.seguridaddelpacienteyenfermero.com



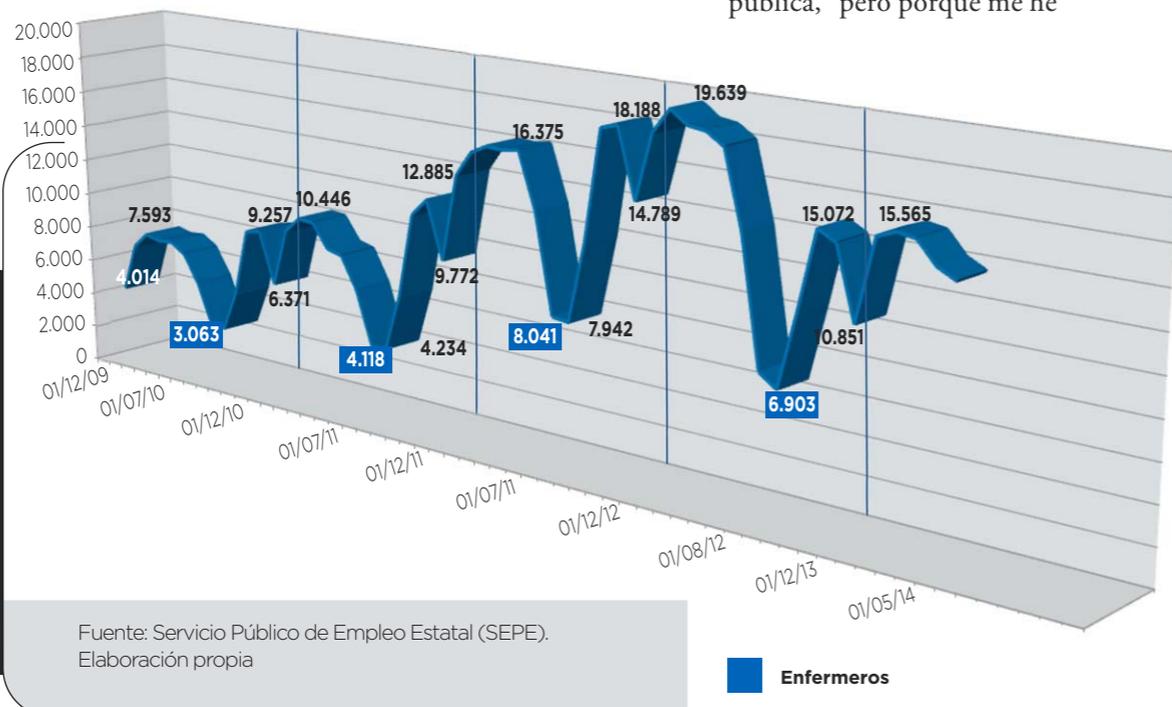
Atención sanitaria en la playa de Oropesa (Castellón)

clínica de diálisis, donde todavía sigue trabajando. “Cuando empiezas no puedes negarte a nada, porque si lo haces te sacan de la bolsa y es casi imposible que vuelvan a llamarte”. En clínicas concertadas como la suya, por suerte, les daban facilidades para ajustar los horarios. “Podía cambiar los turnos sin problemas, e incluso me redujeron la jornada una hora para poder entrar o salir antes en función del horario que tuviese en el hospital. Al año siguiente hice la suplencia en mi mes de vacaciones en la clínica”. Sin embargo, y pese a

su disponibilidad, hace tres años que no la llaman en la sanidad pública. “No tengo puntos suficientes”, afirma.

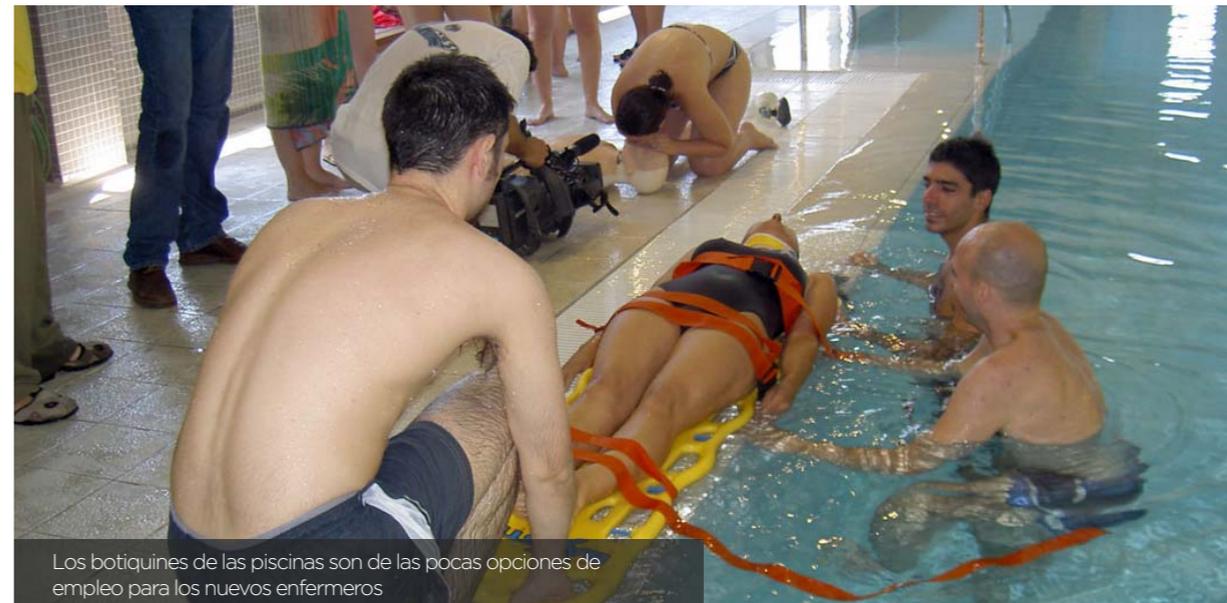
De carácter cíclico, el empleo en enfermería siempre ha mostrado una gran estacionalidad con claros descensos en los periodos vacacionales, especialmente en verano. Sin embargo, la escalada de desempleo también se ha dejado notar en los datos estivales. Así, si en 2010 la menor cifra de parados se registraba en el mes de julio con 3.063 enfermeros desempleados, en 2013 esa cifra se duplicaba hasta los 6.903. Aunque, sin duda, el peor dato se registró en el verano de 2012, cuando en julio había más de 8.000 enfermeros en paro.

El litoral Mediterráneo refuerza personal en verano



“Ante estas cifras también hay que tener en cuenta que hay muchos recién graduados que no se apuntan a las listas del SEPE”, afirma José Luis Cobos. “Los que no tienen experiencia o empiezan con contrataciones temporales, aunque sean de corta duración, no ven la necesidad de inscribirse en las listas, por lo que en el Observatorio Enfermero estamos convencidos de que el desempleo en la profesión es, incluso, más elevado”. A este respecto lo que también destaca es el alto índice de precariedad, donde “abundan los contratos por semanas e incluso por días, que son ocupados por desempleados que no figuran en las estadísticas de paro”.

María de las Mercedes Jiménez Peña es una de las enfermeras que actualmente está en esas listas del SEPE. Finalizó la carrera en 2008 y seis años después considera que, en su caso, ha tenido suerte, pues ha trabajado la mitad de ese tiempo, sobre todo en suplencias de verano, semana santa y navidad, y casi siempre en la sanidad pública, “pero porque me he



Los botiquines de las piscinas son de las pocas opciones de empleo para los nuevos enfermeros

movido mucho: he trabajado en Madrid, Tenerife y Sevilla”. Para esta enfermera sevillana, “los que ahora terminan sus estudios lo van a tener mucho peor. Cuando yo terminé la carrera, en Madrid, que fue donde empecé a trabajar, no había bolsa, te cogían directamente: ahora, si no tienes puntos es imposible trabajar. Los que terminan este año sólo podrán irse fuera a trabajar”.

A su juicio, “lo peor es vivir con la incertidumbre permanente, porque nunca sabes de dónde te van a llamar, ni a qué hora, ni dónde vas a trabajar, o por cuánto tiempo”.

Recién graduados

Si para los enfermeros que terminaron sus estudios antes de la crisis está complicado, ¿qué sucede con los que acaban de terminar este año? Para el asesor del Consejo General de Enfermería “lo suyo es misión imposible, al menos en la sanidad pública”. “Todas las bolsas de empleo se gestionan en función de puntos que se adquieren por trabajar, bolsas que tienen miles de inscritos con incluso años de expe-

riencia acumulados —comenta José Luis Cobos— pero sin plaza”.

“Para los recién titulados será misión imposible”

“De cara a este verano los recién graduados sólo es posible que encuentren trabajo en la sanidad privada, como enfermeros en puestos de socorro en las playas, en botiquines de piscinas o en centros geriátricos, donde sí se observa cierto incremento de actividad estival”. Para Cobos, fuera de esto “la única salida factible que les aguarda, lamentablemente, es la emigración”.

Precariedad

Mucho peor es la situación en Canarias donde la precariedad laboral está instalada en las últimas promociones universitarias. “Los recién graduados tendrán suerte si consiguen trabajar algún día en la sanidad

pública, quizá lo consigan en el sector privado o incorporándose como autónomos en atención domiciliaria”, así lo afirma el presidente del Colegio de Enfermería de Tenerife. Para José Ángel Rodríguez “lo que se está agudizando en la dependencia socio-familiar, pues con lo que trabajan no les da para vivir. Las últimas 4 o 5 promociones viven a expensas de la familia, pues la precariedad laboral y el tiempo de adaptación al mercado laboral se están alargando de manera extraordinaria”.

Ante esta situación lo que se está produciendo es un gran retorno de profesionales a la península. “La mitad de los enfermeros de Tenerife son de fuera, si aquí no encuentran trabajo regresan a su comunidad de origen”. “La obsesión por el déficit cero es la que nos está llevando a esta situación —afirma Rodríguez— pues el recorte presupuestario se está haciendo a base de reducir el gasto por paciente, que ya es de los más bajos de España, a costa eso sí, de bajar la calidad, incrementar las listas de espera y seguir reduciendo las ya diez-



En julio de 2013 los enfermeros en paro superaban los 6.900

madras plantillas de enfermería, con niveles de contratación y sustituciones ínfimos”.

Fraude de contratación

También preocupante es el caso gallego donde, como en toda España, han bajado de forma espectacular las contrataciones. En este caso, sin embargo, lo peor está en la forma en la que se están haciendo: contratando a los enfermeros por días, o de lunes a viernes, para evitar pagarles las libranzas, lo que para José Francisco Méndez Castro, secretario del Colegio de Enfermería de La Coruña, constituye un auténtico

“fraude de contratación”. Hasta hace unos meses las listas para cubrir las vacantes en el Servicio Gallego de Salud (Sergas) se dividían en tres apartados: las generales, servicios especiales —urgencias, UCI, prematuros, oncología...— y el *pool*. Los integrantes de esta última son los dispuestos a contratos de corta duración y de incorporación urgente. Pues bien, según han publicado diversos medios de comunicación gallegos, desde hace un año sólo se contrata, en todas las categorías, en función de días urgentes, acudiendo al “acúmulo de tareas”.

“Cuando a la persona contratada le toca librar finaliza el contrato, se hace una liquidación en la que le pagan la parte proporcional de vacaciones y paga extra, pero la administración se ahorra los costes de seguridad social”, comenta José Francisco Méndez.

Como nos explica el secretario del Colegio de Enfermería de la Coruña, el beneficiario de este sistema fraudulento es la administración sanitaria “que se está ahorrando costes de cotización a la Seguridad Social, para quien supone el mayor

fraude, pues no se está cotizando por el salario diferido, que también deben pagar”. Pero también se perjudica al profesional: “Aparentemente, si ha logrado trabajar 21 días al mes, al final cobrará lo mismo que si hubiese estado contratado el mes completo, pero estará perdiendo cotizaciones de cara, tanto a la prestación por desempleo, como a su futura pensión de jubilación”. Sin embargo, “como no se dan de alta en las listas del paro, ni siquiera lo detectan”. Para Méndez, esto puede suponer entre uno y dos meses de cotización, “en función del tiempo que hayan trabajado al año”. Según ha confirmado ENFERMERÍA FACULTATIVA esta situación se repite también en la Comunidad de Madrid

El hecho de que en el día a día parezcan cobrar lo mismo hace que los enfermeros no presenten las reclamaciones que debieran. “Se denuncia muy poco. En los contratos por días prácticamente nada. Cuando reclaman es por la interinidad, en los contratos de lunes a viernes, para que esa plaza se cubra de forma más estable”.

Debate sobre las sustituciones en verano

Las sustituciones de enfermeros durante los meses de verano están bajo mínimos. El cierre de camas se acompaña con un descenso notable de las nuevas contrataciones en la mayoría de centros y hospitales del territorio español.

Para valorar qué supondrá esta caída de las sustituciones en la profesión, el Consejo General de Enfermería ha colaborado en un debate, puesto en marcha en Ippok, la red so-

cial exclusiva para profesionales sanitarios de [Diario Médico](#) y [Correo Farmacéutico](#).

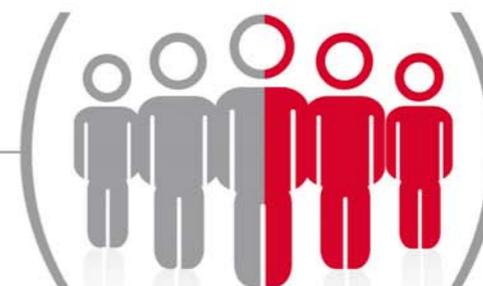
¿Existe un descenso real del número de pacientes por enfermero durante los meses de verano? ¿Por qué se ha dejado de contratar a personal para suplir las ausencias por vacaciones? ¿Qué supondrá? Estas son algunas de las preguntas planteadas en este debate en el que puedes participar [aquí](#).

¡Nos interesa tu opinión!



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

La seguridad es lo primero



Seguridad del profesional

Seguridad del paciente

En el momento en el que se traspasa alguna Línea Roja puede ocurrir un evento adverso. Muchas veces no se denuncia el hecho, de tal manera que no queda registrado y no puede valorarse el número real y, sobre todo, cuántos de estos eventos adversos son evitables. El Consejo General de Enfermería, comprometido con la seguridad de los pacientes y de los profesionales, ofrece una vía para notificar esas situaciones a través del “registro de eventos adversos”, con el fin de actuar ante el incumplimiento de las recomendaciones y los estándares mínimos establecidos por el SNS.

seguridaddelpacienteyenfermero.com

La enfermería no podrá defender su derecho a dirigir centros de salud en Madrid



Vista área del Tribunal Supremo

FOTO: PRENSA TRIBUNAL SUPREMO

IÑIGO LAPETRA. Madrid

En julio de 2010 la Comunidad de Madrid aprobaba un decreto donde introducía la posibilidad de que el puesto de director de centro de salud pudiese ser ocupado por cualquier profesional sanitario, no sólo un médico, apoyándose para ello en lo establecido en la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias (LOPS). La norma fue inmediatamente recurrida por tres entidades de representación médica que entendieron que un enfermero no podía ocupar dicha responsabilidad y, contra todo pronóstico, porque la LOPS es una ley de rango superior, consiguieron una sentencia positiva en primera instancia.

La sorprendente reacción de la Comunidad de Madrid a dicha sentencia fue no recurrirla en casación ante el Tribu-

nal Supremo y dejar que adquiriera firmeza. Ante esta situación, el Consejo General de Enfermería (CGE) y el Colegio de Enfermería de Madrid, que en su día no pudieron personarse como parte, porque no les fue notificado el proceso judicial, emprendieron una

Un decreto autonómico no puede ir en contra de la LOPS

batalla judicial para conseguir que el TSJ de Madrid les reconociese el derecho a recurrir ante el Supremo en nombre de la profesión. En un primer momento, el TSJ sí se lo permitió. Sin embargo, una sen-

tencia reciente del Supremo les niega este derecho por no haber concurrido en el proceso desde el primer momento, a pesar de que esto difícilmente se hubiese conseguido sin notificación alguna previa.

Desde el Consejo General destacan que, aunque se le ha negado a la enfermería su derecho a defender uno de sus derechos legítimos ante el TS, ya existe una ley de rango superior, la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias (LOPS), que en su articulado reconoce, ampara y garantiza el ejercicio de funciones de gestión por parte de los enfermeros.

Directores de centros de salud

El art. 9 del decreto 52/2010 de la Comunidad de Madrid

fue el origen de este proceso judicial porque abrió, en su momento, la posibilidad de que los puestos de director de centro de salud pudiesen ser ocupados por un enfermero o enfermera. Así, establecía que dicho puesto podría cubrirse mediante convocatoria pública entre profesionales sanitarios, ajustándose a los principios de igualdad, mérito y capacidad. Igualmente, su continuidad como director quedaría vinculada a la evaluación del desempeño, entendida como el procedimiento mediante el cual se mide y valora la trayectoria profesional y el rendimiento o el logro de resultados.

Fundamentos de la sentencia

Ante todo cabe señalar que la sentencia del Tribunal Supremo no entra en ninguna cuestión de fondo respecto de este pleito judicial. Simplemente se limita a negar al Consejo General de Enfermería y al Colegio de Enfermería de Madrid la posibilidad de recurrir en casación porque entiende que no han sido parte en el pleito inicial. Ante esta tesis, y como la Comunidad de Madrid renunció a su derecho a recurrir en casación, el TS declara inadmisibles el recurso.

Las consecuencias del fallo

La complejidad de un posible recurso de amparo ante el Tribunal Constitucional: se trata de una cuestión tan eminentemente procesal, que es especialmente difícil que pudiera prosperar. No obstante, los servicios jurídicos de la Organiza-

ción Colegial van a estudiar si resulta viable alguna fórmula impugnatoria adicional.

La LOPS reconoce y garantiza el ejercicio de gestión

La prioridad: garantizar los derechos de los enfermeros gestores. Desde el Consejo General de Enfermería destacan que ahora resulta vital trabajar activamente con la Consejería de Salud de la Comunidad de Madrid y buscar fórmulas para que imperen los fundamentos de la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias, que reconocen y amparan el ejercicio de funciones de gestión por parte de los enfermeros.

Resulta evidente que un decreto autonómico no puede ir en contra de lo que establece una ley de ámbito estatal, con rango normativo superior: la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias (LOPS).

Desde el CGE van a trabajar para que los derechos de los enfermeros gestores esta-

blecidos en la LOPS no se vean en absoluto menoscabados por una normativa de rango inferior y de ámbito autonómico, teniendo en cuenta además que el Tribunal Supremo no se ha pronunciado sobre el fondo de la cuestión, sino sobre un aspecto meramente formal y procesal.

No genera jurisprudencia sobre la cuestión de fondo del recurso: al ser una sentencia del TS que se limita a valorar una cuestión puramente procesal (el reconocimiento o no como parte) no genera jurisprudencia sobre la cuestión de fondo y, por tanto, no resuelve nada al respecto.

Cabe recordar que aunque se le ha negado a la enfermería su derecho a hacerlo valer ante el TS, sí que existe una Ley, la LOPS que en su articulado reconoce, ampara y garantiza el ejercicio de funciones de gestión por parte de los enfermeros.

Las consecuencias de que esta sentencia sea firme no afectan sólo a los enfermeros sino a todas las profesiones sanitarias que, con excepción de los médicos, han visto mermados en Madrid sus derechos a poder realizar tareas de gestión, en contra de lo que establece la LOPS.





Fernando Sartorius



Entrevista a Fernando Sartorius

“Hay que prescribir ejercicio, que es el mejor antidepresivo”

ÍÑIGO LAPETRA. Madrid

Fernando Sartorius es a día de hoy uno de los entrenadores personales más reputados del mundo. Ha entrenado a estrellas de cine norteamericano, pero también ha ayudado a cientos de personas anónimas a iniciarse en el ejercicio físico. Este experto en nutrición y fitness acaba de publicar junto a Elsa Pataky su tercer libro, “Intensidad Max”.

Este es su tercer libro sobre ejercicio físico, ¿cuál es la diferencia respecto a los anteriores?

Hay mucha información a disposición de los usuarios. El *fitness* se ha puesto de moda y cada vez hay más gente que se lanza a los gimnasios. Sin embargo, hay un alto índice de abandono por dos causas. La primera es que no saben exactamente cómo empezar y la segunda es que necesitan motivación. Con el libro “Intensidad Max” busco ayudar a las personas a generar ese cambio en su vida y, además, a hacerlo con éxito.

¿Usted cree que hay gente que compra este tipo de libros existiendo Internet?

En Internet hay demasiada información y mucha de esta no tiene ni rigor ni calidad. Es cierto que gracias a la sociedad de la información sa-

bemos mejor que nunca que tenemos que comer sano, adoptar hábitos de vida saludables y cuidarnos pero, sin embargo, no lo hacemos. Vivimos en una sociedad mucho más obesa que antes de que existiese. Claramente falta motivación y eso es lo que aporta este libro.

“La profesión de enfermería es durísima, lo he visto con mis propios ojos”

Ha entrenado a grandes estrellas de Hollywood. ¿Realmente están en forma física o lo que vemos en la pantalla son efectos especiales?

La verdad es que hay de todo (risas). La experiencia que yo he tenido es que se trata de grandes profesionales y son conscientes de que dependen de su propia imagen. A Salma Hayek, por ejemplo, la estuve entrenando mientras rodaba una película en España y quedábamos todos los días a las cinco y media de la mañana para ir a correr por toda la Gran Vía.

¿Qué hay que hacer exactamente para adoptar una vida saludable?

Tienes que añadir más intensidad a tu vida. Se trata de hacer un cambio de mentalidad. Uno debe mirarse al espejo y preguntarse ¿soy feliz con mi cuerpo, con mi peso? ¿estoy sintiendo las emociones que hacen que la vida merezca ser vivida? Si la respuesta es un no, hay que ponerse las pilas. Pero tenemos de dejar de echar la culpa a los demás, que si no tengo tiempo, que si el trabajo o la familia me lo impide.... Se acabaron las excusas. Hay que actuar. En el libro proponemos un plan, un desafío de 90 días donde decimos exactamente qué es lo que hay que hacer, qué ejercicio debes realizar, qué es lo que tienes que comer, etc. A mí me gusta decir que es un libro muy fácil de leer y de entender y, sin embargo, difícil de hacer.

Y una vez transcurridos los 90 días ¿cuál es el siguiente paso?

Entonces el hábito estará ya implantado y empezarán a conocer y disfrutar las sensaciones que hacen que te empiece a gustar hacer ejercicio. Este libro es una hoja de ruta hacia un cambio en tu vida donde el ejercicio físico y la



Si no puede ver el vídeo correctamente pinche [aquí](#)

“Este libro es una hoja de ruta hacia un cambio en tu vida”

alimentación saludable pasarán a ser parte de ella, como un hábito más.

¿Alguna recomendación especial para nuestros lectores?

En el caso de los enfermeros, y de los profesionales sanitarios en general, se trata de

una profesión durísima. Yo he estado ingresado en hospitales y lo he visto con mis propios ojos. Por eso les animo especialmente a ponerse en forma, porque cuando estas a gusto contigo mismo no sólo trabajas mejor y te afecta mucho menos el estrés, además lo transmites a tus pacientes y puedes ayudar mucho a los demás. Y no se trata de hacer grandes esfuerzos, porque no hay que entrenar como una modelo o como una actriz.

¿El ejercicio es entonces una buena medicina?

Sin duda. El ejercicio es un antidepresivo. Montar en bicicleta por ejemplo al aire libre, no sé qué tiene que te hace volver a sentir niño y en cuanto terminas la sesión te sientes feliz.

Las 3 claves de Fernando Satorius

1 Ejercicio cardiovascular: consiste en realizar movimientos rítmicos y continuados: bicicleta, natación, *footing*. Es suficiente con media hora y un poquito de intensidad. Con él ejercitamos el corazón que es también un músculo, lo que pasa es que en este caso la única manera que hay de entrenarlo es elevar las pulsaciones.

2 Ejercicio para tonificar el resto de la musculatura: el músculo es el motor del cuerpo y quema la inmensa mayoría de las calorías. Por eso, cuanto más tonificados estén tus músculos, más calorías quemamos en ausencia de movimiento. A medida que nos vamos haciendo mayores, una de las razones por las que engordamos es porque nuestro

motor empieza a perder cilindrada y esto quiere decir que el músculo se empieza a atrofiar. Hay que hacer ejercicio de musculación dos veces por semana. Pero nada de ejercicios complejos, con unas simples mancuernas basta.

3 La alimentación: hay que comer menos cantidad y más a menudo, y además educarnos en el tema de la alimentación, porque hoy en día hay más información que nunca y hay que aplicarla. De todas formas yo practico una regla que llamo 80-20 y consiste en que el 80% de las comidas tenemos que hacerlo con cabeza y de forma muy sana y dejar el 20% restante para los homenajes.



MACROSIMULACRO
de fin de curso con la participación de los alumnos de los tres cursos de experto

Modalidad presencial + on-line
2014-2015

HAZTE
Experto universitario en
Urgencias y emergencias

20
créditos
ECTS
(500 horas)

MATRICÚLATE YA
LLAMA E INFÓRMATE EN EL **91 334 55 00**



ESCUELA INTERNACIONAL DE CIENCIAS
DE LA SALUD

Fuente del Rey, 2. (Esquina Ctra. de Castilla)
28023 - Madrid
Tel.: 902 50 00 00 Fax: 91 334 55 05
eics@escuelacienciassalud.com
www.escuelacienciassalud.com



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

El papel de la enfermería en la artroplastia de rodilla



La enfermera es relevante en la unidad de reanimación y hospitalización

ANA MUÑOZ. Madrid

En España se implantan cada año unas 45.000 prótesis de rodilla. Las causas más comunes de incapacidad en dicha articulación son la artrosis, la artritis reumatoide y la artritis postraumática. La artroplastia —cirugía por la cual se reemplaza parcial o totalmente la articulación dañada por una prótesis compatible— es una de las intervenciones con mejor relación coste-efectividad, que registra tasas de complicación más bajas y que resuelve de manera más sencilla procesos degenerativos muy dolorosos, mejorando notablemente la calidad de vida de los pacientes.

Una intervención de este tipo sólo es posible gracias al trabajo en equipo de muchos profesionales. El papel de la enfermera es especialmente relevante en la unidad de reanimación y hospitalización, esto es: en el primer contacto

que el paciente tiene con el personal sanitario tras la intervención, y durante el cual se controlan aspectos como el sangrado, el dolor y la recuperación de la anestesia.

M.^a Dolores San Miguel Fraile, enfermera en la Unidad de Reanimación del Hospital Universitario Infanta Leonor de Madrid, explica que “el papel de la enfermera en la reanimación está claro: somos las embajadoras del cuidar. Dando el mejor cuidado postoperatorio tendremos la mejor recuperación funcional del paciente y, por tanto, menos tiempo de estancia hospitalaria”.

La artroplastia es una cirugía que puede provocar mucho dolor al paciente y sangrar. Por lo tanto, explica M.^a Dolores San Miguel, esos serán los dos puntos de principal atención por parte de la enfermera. “El alivio del do-

lor es esencial en el posoperatorio inmediato. Con un buen control del dolor conseguimos la colaboración del paciente y evitamos retrasar el alta”.

Impacto directo en la calidad de vida

Ana Isabel del Cerro, supervisora de una de las unidades de hospitalización quirúrgica de traumatología del Hospital Infanta Leonor, explica que la operación ofrece tan buenos resultados porque “el paciente ve muy disminuida su calidad de vida cuando no puede caminar. Lo que queremos es que la recuperación funcional sea la máxima posible. En la mayor parte de los casos se consiguen. Pueden surgir pequeñas complicaciones, pero un 90% de los pacientes mejoran su día a día, porque an-



tes no podían caminar. Cuando se llega al extremo de operarles es porque tenían muy reducida la movilidad”.

El tiempo de recuperación se ha ido acortando a lo largo de los años, y está ligado a muchos condicionantes. Según Esther Sánchez, supervisora de Fisioterapia del hospital madrileño, “tiene mucho que ver el estado de salud con el que el paciente llega a la cirugía. Todos llegan con dolor, por supuesto, pero la calidad ósea y la salud de la musculatura es fundamental para la recuperación. También lo es la capacidad de entender los ejercicios, las órdenes y el seguimiento que el propio paciente hace durante su recuperación”.

La importancia de una buena información

Antes y después de la artroplastia, es muy importante explicar al paciente todo lo que le está ocurriendo, a qué procesos está siendo sometido,



do, porque eso también influirá en su capacidad de recuperación. Las encargadas de hacer llegar esa información al paciente son, precisamente, las enfermeras. Rosana Panadero, supervisora en la Unidad de Reanimación, lo explica así: “la información es fundamental. El proceso es del paciente. Si no lo entiende, nuestro trabajo es en vano. Es importante la información que se le da desde la consulta con el cirujano o con el anestesiólogo, hasta la información de los cuidados de enfermería durante su estancia en la unidad de hospitalización.”

“El alivio del dolor es esencial”

Todos los profesionales a los que preguntamos coinciden en destacar la importancia del trabajo multidisciplinar. “Todos trabajamos para la misma causa —explica Rosana Panadero— y este tipo de intervenciones constituyen un ejemplo muy claro de que trabajando con un grupo consolidado obtenemos el mejor resultado, que es un paciente satisfecho”.



Es importante la información que se da al paciente



Ya se pueden presentar trabajos para la Conferencia del CIE

REDACCIÓN. Madrid



El plazo de presentación de resúmenes para la próxima Conferencia del Consejo Internacional de Enfermeras (CIE) acaba de abrirse en esta dirección web. Con ello, el organismo internacional que representa a millones de enfermeras a lo largo y ancho del mundo invita a todas ellas a presentar trabajos que se analizarán para su exposición en la conferencia que celebrará entre los días 19 y 23 de junio del próximo año en Seúl, República de Corea, bajo el lema “Ciudadana del mundo, enfermería mundial”.

Al ser el más amplio evento internacional de enfermería que se celebra en el mundo, la Conferencia del CIE ofrecerá oportunidades para que las enfermeras establezcan relaciones y difundan el conocimiento y el liderazgo de la enfermería en las distintas especialidades, culturas y países. Los tres pilares del CIE —práctica profesional, reglamentación y bienestar socioeconómico— darán forma al

programa científico y a un dinámico intercambio de experiencias.

El lema:
“Ciudadana del mundo, enfermería mundial”

Los factores que se tendrán en cuenta durante la selección son: el interés para un auditorio internacional; la importancia para el tema de la Conferencia y para el tema secundario de un resumen; el mérito científico y/o profesional; la contribución al conocimiento, a la práctica, a las políticas o programas de enfermería y/o de salud y la claridad del resumen.

Los temas en los que debe englobarse el trabajo son:

1. Los sistemas de cuidados, su economía y su cobertura.
2. La atención directa y la seguridad del paciente.

3. Equidad, deontología y derechos humanos.
4. Promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
5. Las tecnologías de la información y de la comunicación en apoyo de la enfermería y de la calidad de los cuidados en el mundo.
6. Dirección (liderazgo) y gestión.
7. La formación y el aprendizaje de enfermería.
8. Los recursos humanos, el lugar de trabajo y la imagen de la enfermería.
9. Catástrofes, conflictos y pandemias.
10. Reglamentación.
11. Historia.

Los resúmenes deben presentarse antes del 7 de octubre de 2014 (medianoche GMT). Más detalles sobre los temas, las instrucciones sobre la presentación de los resúmenes, y las fechas esenciales pueden verse en el sitio web de la Conferencia del CIE: www.icn2015.com.



- ◀ NUEVO DISEÑO ▶
- ◀ NUEVAS FUNCIONALIDADES ▶
- ◀ INTERACTIVA Y MULTIMEDIA ▶



Suscríbete al boletín electrónico
DIARIO ENFERMERO
La actualidad de la profesión y la
sanidad a golpe de clic

WWW.CONSEJOGENERALENFERMERIA.ORG

Lucha constante en la enfermería ecuatoriana



A.GUTIÉRREZ / A.ALMENDROS. Madrid

La enfermería en Ecuador está atravesando un momento difícil. Así lo han expresado varias enfermeras ecuatorianas que han pasado unos días en Madrid para conocer de cerca la labor del Consejo General de Enfermería (CGE) y la situación de esta profesión en nuestro país. “Somos profesionales que hemos cursado la universidad y por tanto nuestro principal valor es la profesionalidad. Pero nuestra debilidad puede ser que el Ministerio de Salud no ha escuchado nuestras peticiones y estamos un poco relegadas”, argumenta Silvana Chuiluisa, vocal suplente del Colegio de Enfermeras de Pichincha (Ecuador). “Nuestra imagen está un poco mermada. Prácticamente los enfermeros somos los que pasamos con los pacientes todo el

día, pero el que se gana las glorias es el médico. Desgraciadamente no se ha fomentado mucho el trabajo que hacemos en los hospitales y en todas las unidades operativas”, prosigue Chuiluisa.

Aprendizaje

Además, durante unos días se las ha formado en la capacitación sobre las diferentes plataformas con las que cuenta el CGE, como InfoEnfermería, han visitado un hospital y han podido analizar las posibilidades de aplicar estas herramientas en su país. “Tras

En Ecuador la colegiación es voluntaria

conocer el CGE volvemos muy impactadas de lo que hemos observado de la organización colegial en España. Les envidio, están muy bien organizados. Es una institución que gracias a sus miembros ha logrado salir adelante”, comenta Chuiluisa.

A pesar de realizar cinco años de formación y obtener la licenciatura, que es equivalente al Grado de Enfermería de España, Patricia Chamorro, coordinadora del área de salud de Quito (Ecuador) explica que su labor no está aún reconocida. “Hace varios años hicimos un pequeño estudio donde preguntábamos al paciente y su familia cómo identificaban a la enfermera. Y todo el mundo nos identifica porque llevábamos cofia y no por la labor de cuidado permanente que realizamos”, comenta.

“El ministerio ha analizado el trabajo sobre la elaboración de normas de protocolos de enfermería basados en evidencia, y por tanto lo que hemos visto estos días en España es todo lo que queremos implantar en Ecuador”, argumenta Sofía Pozo, representante del Ministerio de Salud Pública de Ecuador.

Ecuador cuenta con una federación que abarca a los 21 colegios provinciales. “Es la misma estructura que en España, salvo que desde 2008 la colegiación es voluntaria y dejamos de ser tan fuertes como éramos porque las enfermeras han dejado de dar valor a la organización gremial. En cambio, en España son muy fuertes, no sólo para la enfermeras sino para todo el sistema sanitario. Y esto es clave para fortalecer una organización”, puntualiza Patricia Gavilanez, presidenta de la Federación Ecuatoriana de Enfermeras y Enfermeros.



Queratosis actínica

Un tumor de piel desconocido

REDACCIÓN. Madrid

Ahora que se acercan las vacaciones y son frecuentes los baños de sol, existe un tipo de lesiones de piel a las que no prestamos atención y, sin embargo, conviene consultar: la queratosis actínica. Canal Enfermero ha salido a la calle a comprobar cómo la población ignora su existencia.

La queratosis actínica es un tumor de la piel que suele aparecer en las áreas expuestas al sol y se manifiesta en forma de una mancha y costra que no cura y que en ocasiones puede sangrar. “La prevalencia de la queratosis actínica entre nuestra población no se conoce bien. Sabemos que es un tumor muy frecuente, tanto que algunos estudios en Europa muestran que hasta un 40% de los pacientes de más de 45

años puede sufrirla”, explica Josep Malvehy, director de la Unidad de Melanoma del Hospital Clinic de Barcelona.

Aunque puede afectar a toda la población es más frecuente en varones, en personas con piel más clara y en trabajadores al aire libre.

Aunque reconoce que queda mucho trabajo por hacer, Vio-

leta Navarro, enfermera en el Servicio de Dermatología del Hospital de Fuenlabrada, considera que sí existe concienciación. “Antes la gente no era consciente de lo malo que puede ser el sol, y ahora sí lo saben. Antes no había tanta concienciación, y sin embargo, ahora es raro que un niño salga a la calle en verano sin protección solar. Desgraciadamente, a las consultas especializadas siguen llegando muchos casos de cáncer de melanoma, sobre todo cuando se acerca el verano. Es un momento en el que, además, vemos cambios en nuestra piel que durante el invierno habían pasado desapercibidos” comenta Navarro.



5 claves de la enfermería para prevenir el melanoma

- Evitar la exposición al sol, especialmente en las horas de mayor incidencia, y aplicarse siempre protección solar media hora antes de salir de casa. Dicha protección debe ser de, al menos, factor 50, y debe reposarse cada dos o tres horas.
- Consultar con el médico de atención primaria cualquier cambio que se observe en lunares. Lo más importante si se tiene un melanoma es diagnosticarlo de manera precoz, porque eso multiplica las posibili-

dades de curación en función de su profundidad.

- Evitar que los niños se quemen, porque eso reducirá las posibilidades de que desarrollen un melanoma en la edad adulta.
- En cuanto a los ancianos, es importante que la familia y los cuidadores estén atentos a los cambios en su piel.
- No hacer caso a mitos y falsas creencias, como que la gente con la piel más oscura no necesita protección.

3 DE CADA 10 PACIENTES CON PSORIASIS CONSIDERA FUNDAMENTAL EL PAPEL DE LA ENFERMERÍA



La psoriasis es una enfermedad autoinmune que se manifiesta en la piel en forma de placas que se agrietan y sangran. Los tratamientos de los pacientes con psoriasis requieren dedicación y es muy importante saber aplicárselos correctamente.

La asociación [Accion Psoriasis](#) (integrada por afectados

de psoriasis y artritis psoriásica) denuncia que el sistema actual no contempla la importancia de los enfermeros en el tratamiento de los pacientes. De hecho, sólo el 10% afirma que trata con enfermería, el 21% dice hacerlo sólo en momentos puntuales y más de la mitad afirma que enfermería no interviene en su tratamiento.

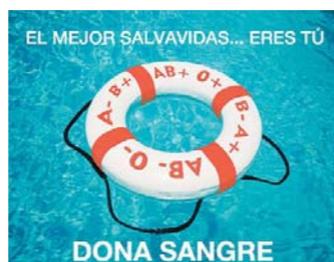
Tras el diagnóstico de su patología, “los pacientes abandonan la consulta del médico y es en ese momento cuando necesitan la implicación de los enfermeros con el fin de que estos puedan resolver sus dudas sobre la terapia, así como las pautas para su aplicación”, aseguran desde la asociación. Es decir, necesitan contar con una persona de apoyo a la que

puedan acudir para todo lo referente a las dudas que puedan surgir en el día a día, así como alguien que les enseñe el modo de aplicación de cada medicación.

“El apoyo de enfermería es fundamental para sobrellevar la enfermedad y aprender a vivir con ella”, asegura Sheila Bravo, paciente de psoriasis y colaboradora de la asociación. Según la enfermera Josefa López, del Hospital General de Jerez de la Frontera, “desde que abrimos la consulta de enfermería de psoriasis, en noviembre de 2012, hemos comprobado que los pacientes han adquirido herramientas para prevenir los factores de riesgo relacionados con su patología, mejorando así su calidad de vida.”

CAMPAÑA DE VERANO DE DONACIÓN DE SANGRE

El [Centro de Transfusión de la Comunidad de Madrid](#) pone en marcha, con el inicio de las vacaciones, su campaña de verano de donación de sangre. El objetivo es mantener en niveles óptimos las reservas de sangre en un momento en que, debido a los desplazamientos, disminuyen las donaciones. Con el lema “El mejor salvavidas eres tú”, las unidades móviles recorrerán 136 pequeñas localidades madrileñas con un reto: alcanzar 39.000 unidades de sangre.



La Campaña de verano se desarrolla entre el 4 de julio y el 7 de septiembre con un llamamiento a los madrileños: que donen antes de marcharse de vacaciones o, si se des-

plazan de veraneo a sus pueblos, que aprovechen la llegada de las unidades móviles para colaborar con este gesto solidario.

A estas colectas hay que sumar todos los puntos de donación habitual en los municipios de la corona metropolitana, además de los 30 puntos fijos de hospitales, la unidad móvil de Sol y el Centro de Transfusión, ubicado en Valdebernardo. Son, en total, más de 700 colectas repartidas por toda la geografía madrileña.



FOTO: SXC

HUERTOS Y JARDINES PODRÍAN AYUDAR EN EL CUIDADO DE LA DEMENCIA

Un nuevo estudio revela que los huertos en los hogares o residencias de atención y cuidado de personas podrían proporcionar beneficios terapéuticos prometedores para los pacientes que sufren demencia. La investigación, publicada en *Journal of the American Medical Directors Association*, revisó las conclusiones de 17 trabajos que hallaron que los espacios al aire libre pueden ofrecer ambientes que promueven la relajación, fomentar la actividad y reducir la agitación de los residentes.

El dato

1 de cada 10 pacientes sufre algún tipo de daño durante su ingreso hospitalario

Según la OMS hasta 1 de cada 10 pacientes que requieren ingreso hospitalario sufre algún tipo de daño durante su estancia fruto de un error o bien por los efectos adversos de su tratamiento. De hecho, se estima que un 7% de los pacientes ingresados, y hasta un 10% en el caso de los países desarrollados, puede contraer alguna infección durante su estancia, de ahí que este organismo de Naciones Unidas pida reforzar “cada vez más” la seguridad del paciente y preservar la calidad de la atención que se presta.

El rincón del Estudiante

Sara Cruz, estudiante 4º curso de Grado de Enfermería de la Universidad Francisco de Vitoria



“Las prácticas son un momento clave para saber si quieres seguir estudiando Enfermería”

¿Por qué decide estudiar Enfermería?

Es una profesión en la que el trato con el paciente es el punto elemental. Para mí las personas son muy importantes y cuidarlas en un momento en el que su salud es muy vulnerable representa una oportunidad para ayudarlas.

¿Ha cambiado la percepción que tenía cuando empezó el Grado a la que tiene ahora tras haber terminado?

Si antes me gustaba ahora me encanta, porque he tenido la oportunidad de pasar por las prácticas en el hospital, que es el momento clave para saber si quieres continuar estudiando esa carrera, y yo estuve totalmente convencida.

¿Le gustaría hacer alguna especialidad?

De las que hay oficiales hoy en día, me gusta sobre todo enfermería comunitaria, porque me parece que cuenta con la residencia más completa que ofertan. Pero todo el mundo está esperando a que salga la de médico-quirúrgica.

¿Por qué ha centrado su trabajo fin de Grado en la alergia a frutos secos?

Porque era una de las más comunes entre las alergias alimentarias. Es un tipo de enfermedad que afecta directamente al individuo y a su entorno: primero porque las crisis que tienen pueden llegar a producir un shock anafiláctico que puede llegar a revertir en muerte y porque tienen que cambiar sus hábitos diarios.



Enfermeras Para el Mundo, la ONG de nuestra organización colegial

La salud cambia el destino a niños y adultos en los barrios deprimidos de Almería

DAVID RUIPÉREZ. Madrid

En algunos barrios de Almería capital, o de poblaciones importantes como El Ejido o Campo Hermoso, no siempre es posible escapar de un destino que va escribiendo y dictando el propio entorno. Los niños y jóvenes que crecen en un mundo donde la violencia, las drogas y la falta de oportunidades son moneda común corren el riesgo de seguir una senda que no les permita prosperar en la vida. Romper el círculo vicioso no resulta fácil, pero puede hacerse a través de la salud cuando se logra conectar de verdad con los habitantes de esas zonas necesitadas de transformación social. La ONG de la Organización Colegial de Enfermería, En-

fermeras Para el Mundo, lleva años trabajando con un nutrido grupo de voluntarios desde su sede de Almería. Ana Francisca Medina coordina los programas de promoción de la salud desde la sede de la organización en el [Colegio de Enfermería de Almería](#), que preside Mari Carmen del Pozo. Esta enfermera tiene muy claro que las vías tradicionales, la clásica charla de salud, no alcanzará el efecto deseado. “Cuando hablamos con todas esas personas, desde los niños en los colegios a los adultos, no podemos darles una teoría, por ejemplo, sobre nutrientes y alimentos saludables. Hay que hacerles responsables, impli-

carles, hablarles situándote a su nivel. Porque ellos deben sentirse responsables, responsables de cuidar su alimentación, su higiene, de prevenir la violencia en su barrio, de tratar de igual a igual al otro sexo... Deben hacerse responsables de un proyecto de vida, qué quien ser, a dónde quieren llegar, tener libertad para elegir y con esfuerzo saldrán adelante. Da igual si son *payos*,



Más de 3.300 personas de distintas nacionalidades se han formado en temas como alimentación, higiene y sexualidad, entre otros

gitanos, inmigrantes, hombres, mujeres... Tienen que lograr ser independientes y no dejarse influir por el entorno. Todo eso lo abordamos desde un punto de vista integral”, asegura Medina.

Desde Enfermeras Para el Mundo se concibe la figura del enfermero o enfermera como un profesional cada vez más cercano al campo de lo social, además de cumplir su función asistencial clásica. El ímprobo trabajo que se lleva a cabo en Almería se plasma en una actividad frenética durante este curso escolar 2013-2014, con más cien charlas y talleres en 19 centros escolares de Almería capital, el Levante almeriense y El Ejido. Más de

3.300 personas de distintas nacionalidades se han formado en temas como alimentación saludable en escolares, higiene escolar, prevención de la violencia en general, prevención de la violencia de género y coeducación, sexualidad, cambios físicos y psíquicos, promoción de hábitos saludables y prevención de toxicomanías, igualdad de género y coeducación o salud mental: autoestima, ansiedad, taller de relajación.

Medina explica que “se intentan abordar muchos aspectos. Un pilar es la alimentación. Muchos chicos marroquíes (40% de los alumnos extranjeros de la provincia) llegan al colegio con apenas un té en el estó-



“La clásica charla de salud no alcanzará el efecto deseado”

Más de 100 charlas y talleres en 19 centros escolares el curso 2013/14



Los propios niños pueden influir en la alimentación de toda la familia



Hay mucho niños de 8 años que jamás han visto un cepillo de dientes



Las charlas sobre sexualidad inciden en la prevención de enfermedades de transmisión sexual

magos. Tienen también problemas de caries dental, a pesar de que en Andalucía la atención odontológica es gratuita hasta los 14 años. Muchos niños de 7 u 8 años no han usado nunca un cepillo de dientes. Entre las familias gitanas se observa una dieta poco equilibrada y un abuso de refrescos, azúcares, bollería y chuches en detrimento de la fruta y la verdura”.

“Se detectan más casos de anorexia y bulimia”

Las drogas son otro extremo que intenta prevenir la ONG. “Sobre todo en la población gitana —añade Medina— muchos consideran ese mundo como un modo de vida totalmente normal, lo ven en su entorno y te llegan a decir los mismos niños “que los médicos las recetan”.

La higiene no es correcta en general, pero, además de la pediculosis, presente en casi todos los centros de Primaria y algunos de infantil durante 3 cursos seguidos, EPM está detectando un aumento de problemas como la anorexia o la

bulimia. “En el terreno de la sexualidad hay mucho que hacer. La desinformación viene incluso desde la infancia donde no somos capaces los padres de nombrar los genitales externos por su nombre, convirtiéndose en tabú; edades más avanzadas, cuando hablamos de estos temas, los niños sienten vergüenza. Hay elevados índices de relaciones sexuales sin protección y a veces, embarazos no deseados Según el estudio HBSC-2011, en Andalucía el 4,9% de las chicas dice que se ha quedado embarazada al menos una vez y el 5,9% de los chicos ha dejado embarazada a una chica al menos una vez. Lo peor es que los adolescentes y jóvenes no son conscientes de estos riesgos ni siquiera conocen lo que es una ETS (Enfermedad de Transmisión sexual), y algunos han oído hablar apenas del SIDA, y no saben nada sobre hepatitis ni sobre el VPH”, comenta Medina.

EPM ya trabaja en la planificación de las actividades del próximo curso en la provincia y, como una de las novedades, se inicia la colaboración con la Asociación Peruana Nueva Andalucía (APNA) y la Federación Plural Iberoamericana En Andalucía para realizar talleres

de formación sobre violencia de género, primeros auxilios y RCP, vacunas internacionales, vacunas para adultos, y un curso de formación para cuidadores de personas mayores.

Algunos indicadores sociosanitarios de Almería

- 40.000 niños en la pobreza o con riesgo de padecerla
- 25,7% de estudiantes extranjeros
- El 49,4% ha mantenido relaciones sexuales coitales entre los 15 y los 18 años; En Almería, 19,4% No usó preservativo en sus relaciones sexuales

MÁS INFORMACIÓN

Tel.: 91 334 55 33
www.enfermerasparaelmundo.org
 E-mail:
fss@enfermerasparaelmundo.org
 Síguenos en



Miradores
de Roza Martín

Vive a lo
grande
a precios
muy pequeños en
Majadahonda

Precios provisionales en función de dimensiones estimadas

Precios con plazas de garage y trasteros incluidos

2 dormitorios desde **169.700 € + IVA**
 3 dormitorios desde **235.400 € + IVA**
 4 dormitorios desde **288.000 € + IVA**

Infórmate ahora: **91 334 55 55** **638 327 226**



LA CATETERIZACIÓN ARTERIAL Y LA ENFERMERÍA

M.^a JOSÉ FERNÁNDEZ. Asesoría Jurídica CGE

La cateterización arterial periférica es una técnica que se realiza con fines diagnósticos y terapéuticos, para la obtención de muestras de sangre arterial y para la monitorización de parámetros sanguíneos y el control hemodinámico.

Esta técnica se realiza en unidades de cuidados especiales y en situaciones del cuidado al paciente crítico o complejo. Por tanto, requiere de una formación cualificada dentro de la práctica clínica y asistencial en estos ámbitos.

Esta técnica se viene realizando indistintamente por médicos y enfermeros de las Unidades de Cuidados Intensivos de los hospitales, con experiencia y expertos en el servicio de forma habitual.

Exclusividad

Los enfermeros son los responsables de realizar la flebotomía radial para muestras de forma continuada y prácticamente de forma exclusiva. Así, nos encontramos con que la cateterización de la arteria radial con catéteres cortos flexibles externos a una aguja, tipo abbocath, son utilizados para la inserción en la arteria radial desde los años setenta en muchos hospitales.

El apartado uno del artículo séptimo de la Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de Ordenación de las Profesiones Sa-

nitarias, señala que corresponde a los enfermeros, dentro del ámbito de su actuación para que les faculta su correspondiente titulación, "la prestación personal de los cuidados o los servicios propios de su competencia profesional en las distintas fases del proceso de atención de salud, sin menoscabo de la competencia, responsabilidad y autonomía propias de los distintos profesionales que intervienen en tal proceso".

El enfermero ha adquirido formación para llevar a cabo esta técnica

Y, el apartado a) del artículo dos, dispone que "corresponde a los enfermeros la dirección, evaluación y prestación de los cuidados de Enfermería orientados a la promoción, mantenimiento y recuperación de la salud, así como a la prevención de enfermedades y discapacidades".

Regulación

Cabe mencionar el Real Decreto 1231/2001 por el que se aprueban los Estatutos Genera-

les de la Organización Colegial de Enfermería de España, del Consejo General y de Ordenación de la actividad profesional de enfermería, artículos 52 a 54 que regulan el ejercicio profesional de la enfermería.

Esta técnica/procedimiento puede conllevar una serie de complicaciones y riesgos, sobre los que el profesional enfermero ha adquirido la formación de los conocimientos y habilidades correspondientes, durante su formación académica.

Evidencia científica

Por ello, podríamos concluir que dicha intervención recae dentro del ámbito competencial de la enfermería, tal y como se desprende de la evidencia científica y de los protocolos vigentes en la práctica profesional enfermera del Estado español.

ENVÍA TUS DUDAS

Envíanos tus preguntas sobre los derechos que te asisten, junto con tus datos personales (teléfono incluido) y número de colegiado a:

Enfermería Facultativa
C/ Fuente del Rey, 2
28023 Madrid

Correo electrónico:
prensa@consejogeneralenfermeria.org

La mala educación

La educación es, desde mi punto de vista, el mayor de los logros de la humanidad. Y persistirá. Cuando se hace bien, los beneficios para quien la recibe son incalculables, abre a las personas a mundos diferentes, a nuevas aventuras, a realidades tangibles y a su propio desarrollo intelectual. Pero hay veces que la educación, la mala educación, aunque se tenga por buena, la de siempre, se convierte en un arma de doble filo y encorseta la inteligencia de quien la recibe.

Estoy leyendo *Cixí Emperatriz*, de Jung Chang, que curiosamente ilustra muy bien, cómo, cuando se educa mal, sólo sirve para traer desgracias. A Guangxu, su hijo adoptivo y futuro emperador, se le educa de la forma tradicional china, la que regía en la Ciudad Prohibida y que se basaba en el confucionismo. Guangxu se preocupaba por el pueblo, por su malestar (tenía que ser compasivo, magnánimo...), pero no hacía nada por remediar sus problemas. Era incapaz de pensar por sí mismo, de mirar a otros lados, de observar, de abrirse a los nuevos conocimientos, de impulsar avances en su país. Solamente Weng, su tutor, alumbraba su desarrollo intelectual. Su cambio.

Seguramente la educación de un ministro, que sólo hace caso a sus preceptores, esos que están

educados en la tradición, como Guangxu, que sólo tienen una referencia de la enfermería, la que llega de los médicos (estos preceptores suelen ser médicos) es, desde nuestro punto de vista, una mala educación, una mala influencia.

Los preceptores de los que se ha rodeado esta ministra: burócratas tradicionalistas, incapaces de innovar, de mirar a su alrededor, de entender la nueva sociedad, la sociedad de su tiempo, la sociedad del cuidado, de la enfermería, están contribuyendo a su propio desastre. Ministra, su destino es sucumbir. No puede seguir viendo a la enfermería de este país de forma compasiva o de forma magnánima, pero no hacer nada por resolver sus problemas y firmar pactos que no cumple.



La enfermería se educa, y lo hace bien: mira a su alrededor y es permeable a los cambios, cambios que permiten a los pacientes recibir mejores cuidados, más científicos, de mayor calidad y

más seguros. Recuperar la salud no se puede siempre, ahí reside la necesidad de cuidados. Antes, durante y después de padecer una enfermedad se necesitan cuidados enfermeros.

Los enfermeros/as están siempre dispuestos/as a ayudar y lo hacen desinteresadamente, pero todo tiene un límite, lo marca su buena educación.

Fidel Rodríguez
Presidente de la Sociedad Española de Enfermería Familiar y Comunitaria.



he! Enfermería Habitat. Nuevas promociones. Nuevas ilusiones.

Hemos entregado nuestras 300 primeras viviendas en Valdebebas a colegiados y familiares y queremos seguir construyendo ilusiones juntos.

Te mostramos nuestras nuevas promociones que están creciendo en Madrid.



Valdebebas 4



Nunca has estado tan cerca de poder vivir en Valdebebas

A sólo 5 minutos de Madrid, esta obra ya iniciada ofrece una calidad de vida incomparable por situación y precio. Tanto están gustando las viviendas y las condiciones que ofrecemos a socios y familiares... ¡que ya sólo quedan 6! La entrega esta prevista para octubre de 2015. Infórmate de las condiciones especiales, porque vamos a ponerte muy fácil que puedas vivir en Valdebebas

Más información en: www.tupuedesenvaldebebas.com

2 dormitorios (73,25 m ² c) + trastero + 2 garajes	165.619 €
3 dormitorios (92,20 m ² c) + trastero + 2 garajes	196.600 €

IVA no incluido

Valdebebas 5



Valdebebas como nunca lo has visto antes

Hemos iniciado las obras de esta pequeña gran promoción frente al parque más grande de Europa. Unas vistas únicas que te ofrecerán otra mirada sobre cómo vivir en Valdebebas sin pagar más. Precio, ubicación y una promoción más exclusiva te abre las puertas a vivir de otra forma en Valdebebas a partir de Octubre del 2015.

Más información en: www.tupuedesenvaldebebas.com

2 dormitorios (85,85 m ² c) + trastero + 1 garaje	183.327 €
3 dormitorios (109,65 m ² c) + trastero + 2 garajes	231.029 €

IVA no incluido

Miradores de Roza Martín



Majadahonda, a tu medida.

Promoción que iniciamos en Roza Martín, sin duda la mejor zona de Majadahonda. Y además, ahora tienes la posibilidad de cambiar, modificar o diseñar la distribución del piso a tu gusto. Pisos todos ellos espaciosos y llenos de luz. Vive como siempre has soñado en una vivienda hecha a la medida de tus necesidades.

2 dormitorios (80,74 m²c) + trastero + 2 garajes
De 184.681,13 € hasta 245.013,72 €

3 dormitorios (109,15 m²c) + trastero + 2 garajes
De 235.381,30 € hasta 349.490,69 €

4 dormitorios (142,46 m²c) + trastero + 2 garajes
De 288.012,53 € hasta 342.954,59 €

IVA no incluido

Valdebebas 3



Ya puedes entrar a vivir en Valdebebas.

¿Por qué esperar? Ya estamos entregando viviendas de esta exclusiva promoción a los socios. Benefíciate de un descuento de hasta 5.000€ sobre el precio y de una financiación del 90%. Ven a visitarlas, te convencerás de que es una oportunidad única de vivir frente a un gran parque forestal en unas condiciones incomparables.

Más información en: www.tupuedesenvaldebebas.com

3 dormitorios (98,32 m ² c) + trastero + 2 garajes	266.700 €
4 dormitorios (107,10 m ² c) + trastero + 2 garajes	286.529 €
4 dormitorios (112,09 m ² c) + trastero + 2 garajes	291.835 €

IVA no incluido

Nuevos proyectos



La misma ilusión y confianza nos lleva a iniciar en breve nuevos proyectos en:

Arroyofresno
Madrid (Avenida de Daroca)
San Sebastián de los Reyes (Tempranales)
Llámanos si estás interesado.

“Sólo por venir, podemos salir juntos”

Así de fácil. Sólo por venir a vernos o enviarnos gente de tu parte, te puedes llevar un scooter 125cc, ¿te subes a esta oportunidad?



Llámanos, nos encantará enseñarte alguna de nuestras promociones terminadas

638 327 226
91 334 55 55



XXXII REUNIÓN CIENTÍFICA DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE EPIDEMIOLOGÍA Y IX CONGRESO DE LA ASOCIACIÓN PORTUGUESA DE EPIDEMIOLOGÍA

Lugar: Alicante, 3, 4 y 5 de septiembre de 2014

Organiza: Sociedad Española de Epidemiología, Asociación Portuguesa de Epidemiología y Universidad de Alicante.

Más información: Gestión de Congresos y Sociedades (Geysco), c/ Universidad, 4. 46003 Valencia

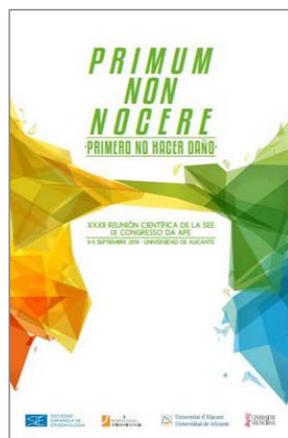
Tel: 96 352 48 89

Fax: 96 394 25 58

Email:

reunionanualsee@geysco.es

http://www.geysco.es/epi2014/



VIII CONGRESO ASOCIACIÓN NACIONAL DE ENFERMERÍA COORDINADORA DE RECURSOS MATERIALES (ANECORM)

Lugar: Murcia, 15, 16 y 17 de septiembre de 2014

Organiza: Asociación Nacional de Enfermería Coordinadora de Recursos Materiales

Más información:

Sanicongress

Tel.: 902 190 848

Fax: 902 190 850

Email:

sanicongress@anecorm.org

http://

www.anecorm.org/congreso2014/

XXXII CONGRESO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE CALIDAD ASISTENCIAL & I CONGRESO DE LA ASOCIACIÓN MADRILEÑA DE CALIDAD ASISTENCIAL

Lugar: Madrid,

del 15 al 17 de octubre 2014

Organiza:

Sociedad Española de Calidad Asistencial (SECA) y Asociación Madrileña de Calidad Asistencial (AMCA)

Más información:

Azul Congresos S.L.

Uría, 68 -1ºD

33003 Oviedo

Tel.: 984 051 604 / 984 051 671

http://www.congreso.

calidadasistencial.es/

XIII CONGRESO NACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA EN OTORRINOLARINGOLOGÍA (AEEORL)

Lugar: Getafe (Madrid), 17 y 18 de octubre 2014

Organiza:

Asociación Española de Enfermería en Otorrinolaringología

Más información:

Asociación Española de Enfermería de Otorrinolaringología,

C/ Corregidor Diego Valderrabano nº 1 - 3ºB
28030 Madrid

Más información:

congreso@aeorl.es

http://www.aeorl.es/eventos/xiii-congreso-nacional-de-la-aeorl



XXII CONGRESO INTERNACIONAL SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA GERIÁTRICA Y GERONTOLÓGICA

Lugar: Segovia,

16 y 17 de abril 2015

Organiza:

Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica

Más información:

Calvet, 55-Ent 2ª

08021 Barcelona

Tel.: 933 67 24 20

Fax: 934 146 817

Email:

seegg@atlantacongress.org

http://congreso.seegg.es/



XVI PREMIOS METAS DE ENFERMERÍA 2014

Plazo de entrega:

10 de septiembre de 2014

Convoca: Revista "Metas de Enfermería", del Grupo Editorial Difusión Avances de Enfermería

Dotación: Premio a Trabajo de Investigación: 6.000 €

Más información: División Editorial Grupo Paradigma C/ Manuel Uribe 13, Bajo Dcha. 28033 Madrid

Tel.: 961 667 384

Fax: 91 721 91 94

E-mail: paradigma@grupo-paradigma.com

http://www.enfermeria21.com/metas-premios-metas/



I EDICIÓN DEL PREMIO CRISTALMINA® DE ENFERMERÍA 2014

Plazo de entrega: 26 de septiembre de 2014

Tema de la convocatoria:

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

Dotación:

1.500 €

Más información:

Revista ROL de Enfermería (PREMIO CRISTALMINA® DE ENFERMERÍA 2014) c/ Peris i Mencheta, 50. 08032 Barcelona

Tel.: (+34) 93 200 80 33

http://

www.e-rol.es/noticias/noticias.php

I EDICIÓN DEL PREMIO DE ENFERMERÍA 2014 SOBRE APLICACIONES DE UNA MATRIZ SINTÉTICA DE POLÍMEROS FORMULADOS EN POLVO PARA LA CURA DE HERIDAS

Plazo de entrega: 26 de diciembre de 2014

Convoca: Altrazeal S.L. en colaboración con revista ROL de Enfermería

Tema de la convocatoria:

Exposición de casos clínicos en los que se utilice una matriz de metacrilatos como tratamiento principal o complementario en la curación de heridas crónicas y/o agudas de cualquier etiología.

Dotación:

Un premio de 1.000 €

Tel.: 91 737 32 37

http://www.altrazeal.es

International Nursing Review

EN ESPAÑOL

La revista de la comunidad científica internacional de enfermería eleva su nivel de impacto

- **International Nursing Review (INR)** la revista oficial del Consejo Internacional de Enfermeras (CIE), cuya edición en español está totalmente apoyada por el Consejo General de Enfermería, amplía contenidos.
- Todos los enfermeros que lo desean pueden sumarse a los autores de más de 120 países que comparten sus investigaciones y experiencias de campo dentro de la revista, fortaleciendo así la contribución de la enfermería española y latinoamericana en el escenario internacional.
- ¡Disfrute de la lectura de la revista informándose de los numerosos e importantes avances de la enfermería en todo el mundo!



Suscríbete llamando al 902 50 00 00



Eslovenia

LA JOYA DE LOS BALCANES



Liubliana es una ciudad pequeña, sensorial y acogedora

DAVID RUIPEREZ. Liubliana (Eslovenia)

¿Dónde está Eslovenia? Es la pregunta que el escritor brasileño Paulo Coelho se hace al inicio de uno de sus libros más famosos, *Veronika decide morir*. A la protagonista, en su desesperación, le irritaba el hecho de que nadie supiese ubicar su pequeño país. Sin embargo, Eslovenia está a la vuelta de la esquina. En un territorio del tamaño de Galicia, flanqueado por Italia al oeste, Austria y Hungría al

norte y la ahora tan de moda Croacia al sur, se esconden tesoros naturales aún ignorados por los turistas españoles. Lo primero que llama la atención al pisar este país de tan sólo dos millones de habitantes, es que no hay un milímetro cuadrado de su superficie que no esté pintado de verde. Las faldas de cualquier monte aparecen abarrotadas de árboles, mientras que el llano es un manto de

césped sin ninguna irregularidad. Las flores, que brotan en cualquier esquina y cuelgan

Como si fuese la proa de un barco, Piran es el Dubrovnik esloveno

de los balcones y las casas pintadas de vistosos colores, completan el cuadro.

La entrada en esta nación “de cuento” se hace por su capital, Liubliana, una ciudad pequeña, pero señorial y acogedora, que nunca da la espalda a su río, el Liublianica. Su oferta cultural y gastronómica es suficientemente amplia para no dejar un minuto libre. Liubliana es una ciudad “a escala humana”, que alguien definió como la hija pàrvula de París y Viena.

20 km de laberinto

A media hora por una excelente autopista se hallan las Cuevas de Postojna, más de 20 kilómetros de laberínticas cavidades con estalactitas y estalagmitas que fascinarán a los más pequeños. En la misma excursión cabe la visita al Castillo de Predjama, una inexpugnable fortaleza medieval incrustada literalmente en la roca.

En este recorrido mágico nos detenemos ahora en Bled, una de las localidades más em-

blemáticas y bellas, situada al norte de Eslovenia. Un pueblo que abraza un lago glacial en medio del cual se halla una pequeña isla con una iglesia, que se refleja en las aguas cristalinas. Bled es sólo la primera fase de un ascenso a los Alpes Julianos y al Parque Nacional de Triglav, su montaña más alta, con 2.864 metros y bautizado con el nombre de uno de los dioses de la mitología eslava. Este paraíso natural alberga joyas como el lago Bohinj o el cañón del río Vintgar.

Esquí de fondo

A lo largo y ancho de todo el país, los amantes de las travesías alpinas y los deportes de invierno, en especial el esquí de fondo, tienen una nación que señalar en sus mapas. Sin embargo, no hace falta ser un portento físico para dejarse caer por el Valle de Logarska. Encerrado entre altísimas montañas y cubierto por una verde estera, este enclave es otro de los más bellos parajes de los Balcanes. Alojados en una de las granjas que pueblan la zona, que a muchos recordará a los dibujos animados de “Heidi”, el hombre y la naturaleza se dan la mano. El estrés aquí no tiene sentido.

Y aunque al norte se erijan las escarpadas montañas, también es posible asomarse al Adriático desde su corta, pero bella franja costera. Como si fuese la proa de un barco, Piran es el Dubrovnik esloveno, una joya con la huella de la cercana Venecia que, sin duda, no hay que perderse.

 MÁS INFORMACIÓN

www.slovenia.info

COSTA CALIDA

TENEMOS EL SOL
Región de Murcia



¡No te quedes sin vacaciones!

RESERVA YA Y CONSIGUE HASTA

15%
de
descuento

Consulta condiciones y tarifas en la web.

LA MANGA
Cavanna ****
Pensión Completa
Desde **51€**

INFORMACIÓN Y RESERVAS
91 354 09 10
www.buenasvacaciones.com

PASSWORD ENFO4CG

Toyota Aygo

UNA EQUIS SEÑALA LA CIUDAD



MARCELO CURTO NATES. Santander

La marca japonesa pondrá a la venta en el mercado español su nuevo Aygo en los últimos meses de 2014. Aunque todavía no se conocen los precios definitivos, se estima que serán algo superiores a los correspondientes al

Aygo actual, rondando los 9.000 euros.

Es destacable el cambio en el diseño exterior de este modelo, dándole una estética mucho más personal e identificativa. Es preciso recordar que el Aygo actual

comparte buena parte de su desarrollo y líneas externas con los Citroën C1 y el Peugeot 108, a los que se parece mucho. Con el nuevo Aygo, esto cambia, dando cabida a unas líneas frontales en forma de equis mucho más atractivas, con los faros integrados en el diseño.

Tiene una longitud total de 3,46 m, un peso de 935 kg y un depósito de combustible de 35 litros. El vehículo está

El nuevo Aygo permite distintos niveles de acabado



El interior es "marca de la casa"



homologado para cuatro ocupantes y cuenta con un maletero con un volumen mínimo de 168 litros, acorde a las dimensiones reducidas del vehículo. Estará a la venta con carrocerías de tres y cinco puertas.

Los compradores podrán optar por dos niveles de equipamiento. La versión básica se denominará "x", mientras que el nivel de equipamiento superior recibirá el nombre de "x-play". Este último brindará la posibilidad de incorporar distintos paquetes de opciones, tanto exteriores como interiores, lo que permitirá no sólo añadir nuevo equipamiento, sino personalizar en cierto modo la estética del vehículo.

Menos posibilidades brindan los motores, o mejor dicho, el motor del nuevo Aygo, ya que sólo está disponible para toda la gama un motor gasolina de 998 centímetros cúbicos de cilindrada y 69 caballos de potencia (uno más que el anterior motor). Esta mecánica posee cuatro válvulas por cilindro, inyección directa

y sólo tres cilindros, siendo un motor hecho de aluminio.

El nuevo Aygo podrá comprarse, según versiones, con cambio manual o con cambio automático de cinco velocidades. Toyota anuncia un consumo medio de 4,2 litros de gasolina por cada 100 km para los modelos con cambio automático y tres puertas.

La marca japonesa ha desestimado poner a la venta en España una versión, denominada ECO, que sí comercializa en otros mercados y que, gracias a, entre otros, el sistema de detención y puesta en marcha automáticos del motor (Stop&Start), consigue consumos más reducidos.

Los frenos delanteros son de disco y los traseros, de tambor. Las llantas delanteras y traseras tienen un diámetro de 14 pulgadas.

Equipamiento

Los dispositivos interiores dependen fundamentalmente de los niveles de equipamiento que se elijan y de las opcio-

nes que, dentro de ellos, se escojan. Destaca una pantalla interior de siete pulgadas, y equipamiento ya anunciado como cámara de visión trasera y airbags de cortina.

El Toyota Aygo 3 puertas 1.0 VVT-i x-shift incorpora de serie un sistema de control de estabilidad, dispositivo de asistencia para el inicio de la marcha en pendientes ascendentes y sistema de frenos antibloqueo (ABS).

Además, dispone de volante de cuero con mandos de radio incorporados. El sistema de sonido incluye conexiones externas auxiliar y USB.

Ficha técnica

Consumo medio (l/100 km): 4,2

Largo/ancho/alto (mm) 3.455/1.615/1.460

Peso (kg): 935

Volumen mínimo del maletero (l): 168

Combustible: Gasolina

Potencia máxima (CV): 69

Número de cilindros: Tres en línea

Cilindrada (cm³): 998

Sistema Stop/Start: No

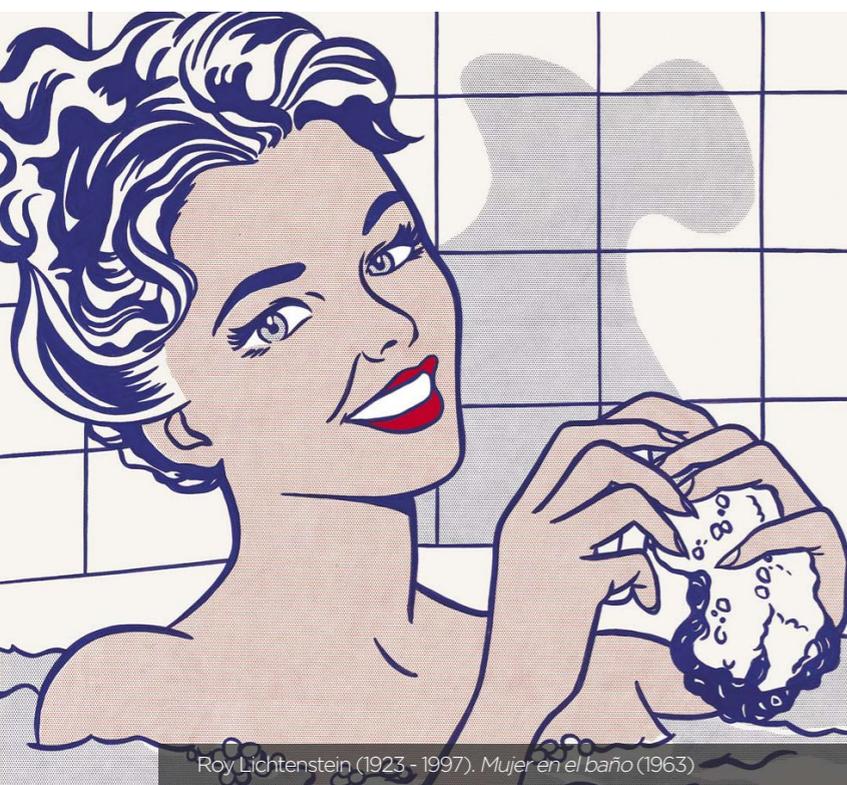
Caja de cambios: Automática, 6 velocidades





Exposición: Mitos del pop

ANA MUÑOZ. Madrid



Roy Lichtenstein (1923 - 1997). *Mujer en el baño* (1963)

Muchos lo definieron como un arte banal, exento de alma y superficial. A sus precursores se les tachó, no pocas veces, de oportunistas. Pero lo cierto es que el *pop-art* devolvió el arte al mundo real, le puso los pies en la tierra y lo reconcilió con sus gentes, tras años de distanciamiento por unas vanguardias históricas que escapaban a la comprensión de los ciudadanos de a pie. Mientras sus méritos van siendo —muy lentamente— reconocidos, el Museo Thyssen Bornemisza de Madrid alberga una exposición en la que no falta ni una obra esencial de su corriente. Están todos: Warhol, Rauschenberg, Wesselmann, Lichtenstein,

Hockney, Hamilton o Equipo Crónica, entre otros muchos.

El movimiento *pop-art* nació a finales de los años 50, y desde sus inicios se vinculó sin complejos a la realidad contemporánea del consumo. Integró todo tipo de objetos de la cultura visual y aprovechó casi cualquier cosa susceptible de convertirse en arte. Un arte que, en una sociedad mitómana, se nutrió de mitos como Marilyn Monroe, Marlon Brando o Los Beatles, y cosechó tantos amantes como destructores.

La exposición, compuesta por 103 trabajos, muestra las obras de iconos internacionales del *pop-art* y las fuentes comu-

nes de las que todos bebieron, manteniendo en un segundo plano su procedencia. Un repaso a la evolución del movimiento desde sus inicios en Gran Bretaña y Estados Unidos, hasta sus ramificaciones en países europeos.

Todos los símbolos que hacen reconocible el *pop-art* están en esta exposición: las latas Campbell's, las cajas de estropajos Brillo, el ketchup Heinz y las botellas de Coca-Cola. Todo aquello, en definitiva, con lo que bombardeaban los medios de comunicación y que repicaba en la mente de los artistas y de la sociedad de mediados del siglo XX.

Exposición única

Hacia más de 20 años que no se organizaba en Madrid una muestra como esta, desde aquella que albergó el Museo Reina Sofía allá por 1992. Por eso "Mitos del pop" es una oportunidad única, imprescindible, que se mantendrá visible hasta el 14 de septiembre y reúne obras procedentes de más de 50 museos y colecciones particulares de todo el mundo, con préstamos destacados de la National Gallery de Washington, la Tate de Londres, el IVAM valenciano o la prestigiosa colección Mu-grabi de Nueva York.

 **MÁS INFORMACIÓN**

www.museothyssen.org

Ya no podrás hacer esto

...pero podrás hacer esto



Enfermería Facultativa cambia para darte mucho más

Enfermería Facultativa ha dejado de editarse en papel para distribuirse exclusivamente a través de la nueva plataforma InfoEnfermería. De esta manera, tu revista favorita de enfermería cambia para darte mucho más. Inscríbete y accede a toda una nueva era de contenidos enfermeros.

InfoEnfermería te da acceso gratuito a:

1. La nueva versión quincenal de Enfermería Facultativa, que pasa de los 10 números actuales a editar 23 al año.
2. La revista científica del CIE, International Nursing Review.
3. Más de 30 revistas nuevas editadas cada mes por los Colegios de Enfermería.
4. La hemeroteca de toda la Organización Colegial.
5. Canal Enfermero, la nueva TV de la Organización Colegial.

Con **InfoEnfermería** accede a un nuevo mundo de información enfermera:

- desde cualquier dispositivo (ordenador, teléfono con acceso a Internet, tablet PC)
- en cualquier momento
- en cualquier lugar
- a cualquier hora del día o de la noche

Si eres enfermero colegiado, inscríbete gratis

www.infoenfermeria.com

info
enfermería

Organización Colegial de Enfermería



Trascendence (2014, Wally Pfister)

Provocadora advertencia



Imagen de la película

MATÍAS COBO. Jaén

El director de fotografía habitual de Christopher Nolan, Wally Pfister (*El Caballero Oscuro, Origen...*), consigue inquietarnos en su primer trabajo como realizador. El propio comienzo de la cinta reclama nuestra atención con una sugerente hipótesis que nos sitúa en una sociedad pretecnológica tras el desmoronamiento global de las redes. Tal involución lo provocó un caos cuyo origen y desarrollo aborda este entretenido *thriller* con ribetes de ciencia ficción. El enfoque del filme no es del todo original, a juzgar por la larga lista de propuestas preocupadas por los peligros de la tecnificación excesiva en detrimento de lo humano. *Matrix, Blade Runner, Yo, Robot, Inteligencia Artificial o Minority Report* ya abordaron,

cada una a su modo, los inevitables conflictos entre hombres y máquinas, entre el exponencial progreso técnico y los límites a un desarrollismo sin control.

Ubica en un futuro no muy lejano pero sí más desarrollado

Si acaso lo más atractivo de esta *Trascendence* sea el situarnos justo en ese momento en el que los avances de la ciencia han generado una seria fractura social entre quienes sólo ven ventajas y posibilidades ilimitadas (hasta el extremo de poder curar un cáncer,

una parálisis o una ceguera) y quienes advierten de los peligros de esta glorificación del progreso científico cual *Deus ex machina*. De hecho, esa división no se limita a una mera discrepancia en el terreno ideológico, sino que grupos de activistas incluso usan la violencia para torpedear los descubrimientos del equipo encabezado por el Dr. Will Caster (Johnny Depp).

La idea de Caster es combinar todos los conocimientos existentes en una inteligencia artificial interconectada y con rasgos emocionales. Su mujer Evelyn (Rebecca Hall) y su amigo Max Waters (Paul Bettany) secundan sus investigaciones, pero son conscientes de los peligros inherentes a ellas, así como de las dificultades crecientes ante la ola de amenazas provenientes de organizaciones antitecnológicas. Las nobles aspiraciones de Evelyn de “querer curar el planeta” contienen un sobrecolector envés: ¿el camino emprendido podría derivar en la creación de un dios capaz de trascender a todos los individuos en pos de un bien mayor? Esa aterradora duda comenzará a tomar cuerpo cuando a los tres científicos se les vayan de las manos sus hallazgos.

Con una factura cuidada y apropiada para ubicarnos en un futuro no muy lejano, pero sí mucho más desarrollado tecnológicamente respecto a nuestro presente, la cinta cojea en un final más predecible y menos sugestivo que su puesta en escena. Incluso ese tufillo moralizante en unas últimas secuencias con afán doctrinario le resta algo de brillo a un filme que, en cualquier caso, sí ofrece algo más que el típico entretenimiento palomitero del verano.



MACROSIMULACRO
de fin de curso con
la participación de
los alumnos de los
tres cursos de
experto

Modalidad presencial + on-line
2014-2015

HAZTE
Experto universitario en
**Enfermería en el área
quirúrgica, anestesia y
reanimación**

20
créditos
ECTS
(500 horas)

MATRICÚLATE YA
LLAMA E INFÓRMATE EN EL **91 334 55 00**



ESCUELA INTERNACIONAL DE CIENCIAS
DE LA SALUD

Fuente del Rey, 2. (Esquina Ctra. de Castilla)
28023 - Madrid
Tel.: 902 50 00 00 Fax: 91 334 55 05
eics@escuelacienciasalud.com
www.escuelacienciasalud.com



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA



La ambición

EMILIO LÓPEZ MEDINA

DAVID RUIPÉREZ. Madrid

En la sociedad que vivimos hay mucho tiempo que dedicar a actividades de toda índole, banales y absurdas en su mayoría, pero poco a aquello que nos distingue como seres humanos: pensar. Afortunadamente hay filósofos, como Emilio López Medina, que se esmeran en traernos reflexiones que nos hagan caer en la cuenta de que, si no conocemos la naturaleza humana, no podremos superar esta carrera de obstáculos que es la vida.

El profesor de la Universidad de Jaén aborda en su nueva obra *La ambición* —la segunda de la colección de aforismos *Las 7 bestias*— los aspectos más oscuros del hombre. Pensamientos breves sobre la envidia, el poder, la guerra, el egoísmo, la pasión desatada o simplemente el odio y la maldad que no le dejarán indiferente y que pueden leerse sin orden y en momentos esporádicos. Al coger algunos al azar ya se activa el mecanismo innato que tenemos para mirarnos por dentro: La gente jamás está agradecida por lo que le has dado, sino desagradecida por lo que has dejado de darle // Hacerles morir de envidia tiene el inconveniente de que te convierten, además, en un asesino // Los más idealistas son los más injustos // El fatalismo es el licor con el que el Destino anestesia a los hombres. Bien es verdad que a su invitación sólo acuden los más conformistas y se emborrachan los más cobardes.

LITERATURA



La ambición

Autor: Emilio López Medina
Edita: Universidad de Jaén
Páginas: 176
Precio: 14 euros
<http://www3.ujaen.es/>
E-mail: elopezm@ujaen.es

Ya no podrás hacer esto

...pero podrás hacer esto



Enfermería Facultativa cambia para darte mucho más

Enfermería Facultativa ha dejado de editarse en papel para distribuirse exclusivamente a través de la nueva plataforma InfoEnfermería. De esta manera, tu revista favorita de enfermería cambia para darte mucho más. Inscríbete y accede a toda una nueva era de contenidos enfermeros.

InfoEnfermería te da acceso gratuito a:

1. La nueva versión quincenal de Enfermería Facultativa, que pasa de los 10 números actuales a editar 23 al año.
2. La revista científica del CIE, International Nursing Review.
3. Más de 30 revistas nuevas editadas cada mes por los Colegios de Enfermería.
4. La hemeroteca de toda la Organización Colegial.
5. Canal Enfermero, la nueva TV de la Organización Colegial.

Si eres enfermero colegiado, inscríbete gratis
www.infoenfermeria.com

info
enfermería

Organización Colegial de Enfermería



Nutrición en Pediatría. Bases para la práctica clínica en niños sanos y enfermos

Autores: Débora Setton / Adriana Fernández
Editado por: Médica Panamericana Edificio Arcis, C/ Quintanapalla nº 8, 4º B, 28050 Madrid
Tel.: 91 131 78 00
E-mail: info@panamericana.es
<http://www.medicapanamericana.com>

En los últimos años, ha evolucionado fuertemente la idea de que las distintas disciplinas médicas deben estudiarse a partir de un enfoque funcional, es decir, como partes interrelacionadas de un sistema; y el área de la nutrición, abordada desde distintas especialidades y subespecialidades, no es la excepción.

El cuidado nutricional de un niño es un factor determinante de su evolución clínica y su desarrollo físico, intelectual y emocional. Con un enfoque funcional, *Nutrición Pediátrica en la práctica clínica* brinda las bases para el manejo nutricional del paciente pediátrico según las distintas edades, en situaciones clínicas habituales y especiales, y en todos los niveles de atención. Fruto de la experiencia de destacados profesionales, esta obra se convertirá en una herramienta práctica de estudio y consulta.



Investigación cualitativa

Autores: Azucena Pedraz Marcos, Juan Zarco Colón, Milagros Ramasco Gutiérrez and Ana María Palmar Santos
Editorial: Elsevier Masson, Travessera de Gràcia, 17-21, 08021 Barcelona
Tel.: 93 241 88 00
Fax: 93 241 90 20
E-mail: editorialrevistas@elsevier.com
<http://www.elsevier.es/>

La presente monografía contribuye a que estudiantes y profesionales del ámbito de la salud dispongan de una herramienta que los ayude, de manera práctica y sencilla, a comprender las bases conceptuales de la investigación cualitativa, así como sus métodos y técnicas más habituales.

El estudio comprehensivo de este manual acerca al lector a las siguientes competencias: identificar las características generales de la investigación cualitativa y su aplicabilidad en el campo de las ciencias de la salud, reconocer el proceso que conlleva el diseño de una investigación cualitativa, identificar los diferentes marcos teóricos de la investigación cualitativa, conocer las técnicas cualitativas habituales y valorar las más apropiadas para generar nuevo conocimiento en el ámbito de la salud y comprender el proceso de análisis en investigación cualitativa.



Auxiliar de Enfermería (6ª edición)

Autores: Evangelina Pérez de la Plaza y Ana M.ª Fernández Espinosa
Editorial: McGraw-Hill/Interamericana de España, S.A. C/ Basauri, 17, 1ª Planta 28023 Aravaca - Madrid
Tel.: 91 180 30 00
<http://www.mcgraw-hill.es/index.php>

En esta 6ª edición de *Auxiliar de Enfermería* se han ampliado contenidos que han sido perfectamente revisados, actualizados y corregidos. La publicación incluye un manual del alumno y un DVD del opositor con vídeos donde se explica, paso a paso, las técnicas y protocolos de actuación más importantes, infografías sobre anatomía y fisiología básica.

Además, contiene una gran cantidad de exámenes actualizados que lo convierten en un libro más sencillo e intuitivo. Su base de datos cuenta con numerosas preguntas extraídas de exámenes reales de oposición y/o para la obtención de título en Cuidados Auxiliares de Enfermería. Incluye, además, nuevos casos prácticos y actividades propuestas en cada unidad. Una obra que se convierte en una herramienta de consulta y estudio para los lectores.



Las mejores "apps" para las vacaciones

DAVID RUIPÉREZ. Madrid

Teléfonos y tabletas ya son compañeros inseparables del ser humano, un apéndice más que nos acompaña allá donde vamos. Algunas aplicaciones resultan de mucha utilidad para no perderse, hacer el equipaje con eficacia o controlar los gastos cuando la moneda es distinta al euro.



Navfree

Android y iOS

Para no llevarse sustos con el consumo de datos en el extranjero, este navegador permite circular y caminar por la calle sin necesidad de tener acceso a Internet. Lo único a tener en cuenta es que deben descargarse los mapas del país de destino antes de emprender el viaje. Pesan bastante y lo mejor es borrarlos una vez hemos regresado.



Water Minder

iOS

La deshidratación en verano puede derivar en graves problemas de salud, especialmente en población vulnerable como ancianos o enfermos crónicos. Esta aplicación calcula las necesidades básicas en función de los patrones del físico de cada individuo y recuerda cuándo hay que beber, pues a determinadas edades la sed no da la alarma de que necesitamos ingerir agua. Es muy gráfica y sencilla.



Teléfonos de emergencia

Android

Permite un acceso rápido a números de teléfono muy útiles cuando un percance o episodio desagradable nos estropea las vacaciones. Podemos acceder a servicios de emergencias, cuerpos de policía autonómicos o locales, Protección Civil, Bomberos o, por ejemplo, los teléfonos de anulación de las tarjetas de crédito, algo que, sin duda, agradeceremos si somos víctimas de un hurto.



1Weather

Android

A la hora de hacer planes resulta importante saber el tiempo que va a hacer. Es cierto que hay centenares de apps meteorológicas, pero destacamos esta porque recoge bien la información, la presentación es elegante y sencilla y ofrece widgets muy personalizables para tener la información a simple vista en el escritorio del teléfono.



Recordatorio de viaje

Android

Ante el infernal reto de preparar la maleta, esta aplicación permite crear listas con todo lo que debe formar parte del equipaje de viaje, así lo vamos tachando según quede dentro de la maleta. Y no sólo es aplicable a la ropa y otros objetos personales, también puede ayudarnos a recordar cerrar la luz o el agua, dejarle la llave al vecino...



Gastos de viaje

Android

En un viaje los gastos se disparan y no siempre sabemos cuánto hemos invertido más allá del alojamiento o los billetes de avión o tren. Conceptos como las comidas, la gasolina o esos caprichos a los que somos más proclives en época de descanso acaban inflando la factura. Más todavía se nos escapa de las manos cuando viajamos a países con una moneda distinta al euro. Con esta aplicación podremos comprobar si los gastos extra de las vacaciones han superado nuestras previsiones.



Enfermeras Para el Mundo es una ONG que trabaja para favorecer el desarrollo humano desde la perspectiva de la enfermería. Enfermeras Para el Mundo centra su actuación en programas formativos y de educación para la salud como estrategia fundamental para mejorar las condiciones de vida y calidad de los servicios sanitarios en distintos países.

Nombre y apellidos: _____
Dirección: _____ C.P.: _____
Población: _____ Provincia: _____ NIF: _____
Teléfono: _____ E-mail: _____ Profesión: _____ Fecha nac. (opcional): _____

Domiciliación bancaria de la cuota de socio: (*)
Señores: Ruego que hasta nuevo aviso, atiendan los recibos que presentará Enfermeras Para el Mundo con cargo a mi cuenta.
Aportación: _____ Periodicidad: Semestral Anual
Titular cuenta: _____ Banco o Caja: _____
Dirección de la oficina: _____ C.P.: _____
Población de la oficina: _____ Provincia: _____
Entidad Oficina Control Nº de cuenta
Código Cuenta Cliente (CCC): _____ Fecha: _____

Firma del titular: _____

Enfermeras Para el Mundo, ONG constituida en 1996 como sección de la Fundación Salud y Sociedad, registrada en el Ministerio de Asuntos Sociales con el nº 28/0965.
(*) Si prefieres realizar una aportación única, la cuenta abierta a nombre de Enfermeras para el Mundo es: BANKIA ES39-2038-1037-21-6000709661

De conformidad con lo establecido en la normativa vigente (Ley 15/1999, de 13 de diciembre) el interesado queda informado de modo expreso, y presta su consentimiento para la incorporación de los datos personales contenidos en este formulario a los ficheros automatizados existentes en la Fundación Salud y Sociedad, así como a su tratamiento automatizado, autorizando a tales efectos las cesiones de datos a los ficheros obrantes en las entidades promovidas y participadas por el Consejo General de Enfermería de España, en cuyo grupo corporativo se integra la citada fundación. El interesado queda igualmente informado sobre la posibilidad de ejercer los derechos de acceso, rectificación y cancelación, en los términos establecidos en la legislación vigente, siendo el responsable del fichero automatizado la citada Fundación Salud y Sociedad (*C/Fuente del Rey, 2, 28023 Madrid)



Si deseas colaborar con nuestros proyectos, cumplimenta este cupón y envíalo a:
Enfermeras Para el Mundo
C/ Fuente del Rey, 2. 28023 - Madrid, o bien llama al Teléfono Azul de la Enfermería: 902 50 00 00
Tel.: 91 334 55 33.

www.enfermerasparaelmundo.org
E-mail: fss@enfermerasparaelmundo.org





La presidenta de la AECC en Córdoba, la enfermera Ana M.^a Pérez, la vicepresidenta 2.^a de la Diputación cordobesa y el oncólogo Juan de la Haba, en la presentación del libro

“PASANDO EL TRAGO” DEL CÁNCER

MARIBEL RUIZ. Córdoba

“Todo empezó como un diario personal”. Así explica la enfermera Ana M.^a Pérez Trujillo, el inicio de una terapia narrativa que ha dado como resultado el libro *Pasando el trago. Vivencia de una enfermera que pasó a ser paciente*. El título del libro se inspira precisamente en que lo escribió mientras estaba pasando por el mal trago de un cáncer de mama, que le de-

tectaron en septiembre de 2012 y del que se liberó en octubre de 2013.

En el año que vivió esta enfermedad, Ana M.^a indica que “al comenzar a escribir era un alivio, era un desahogo contar lo que estaba sucediendo”. Desde una actitud optimista, la autora fue recogiendo en su obra pensamientos, sensaciones, emociones y hechos, vivencias propias y de quienes se iba encontrando en el camino, siempre sin desligarse de sus dos perspectivas personales: la de aquellos momentos, como paciente, y la profesional, como enfermera.

Decálogos de ayuda

Esta visión tan peculiar ha permitido a la narradora incluir en el libro de autoayuda dos decálogos de actuación ante la enfermedad: uno para el paciente y otro para la familia, “para que la gente reflexione y para llevar mejor las cosas”, sin perder nunca la esperanza.

El libro *Pasando el trago* ha sido editado por la Diputación provincial de Córdoba con una tirada de 500 ejemplares y puede adquirirse a un precio de 5 euros en la sede de la delegación de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) de Córdoba, situada en la calle Miguel Benzo, n.º 6. Los beneficios obtenidos se destinarán a la AECC para colaborar con una beca de investigación en la enfermedad.

La presentación de la obra tuvo lugar el pasado 11 de junio en el Patio Barroco de la Diputación cordobesa, en un acto en el que la enfermera Ana M.^a Pérez estuvo respaldada por la vicepresidenta 2.^a de la institución provincial, M.^a Jesús Botella, la presidenta de la AECC en Córdoba, M.^a Luisa Cobos, y el oncólogo de los hospitales Reina Sofía y San Juan de Dios y directivo del Grupo Español de Intervención en Cáncer de Mama, Juan de la Haba. Tras este evento, la venta de ejemplares ha sido un éxito y, según apunta su autora, ya se ha solicitado una segunda edición, además de que se está preparando el formato electrónico del libro para su descarga a través de internet.

Punto *final*



1 - 15 Julio
2014

Diario Enfermero es el informativo que emite Canal Enfermero TV a través de la web del Consejo e InfoEnfermería, plataforma de comunicación integral con acceso directo a publicaciones y contenidos multimedia.

Descubre aquí todos los contenidos de una nueva edición de Diario Enfermero.

El informativo de
Canal Enfermero
NOTICIA a NOTICIA



“Controla tu peso”, una aplicación que ayuda a enfermeras y pacientes a contar calorías y combatir el sobrepeso



4 de cada 10 mujeres renuncian al trabajo o a mejoras laborales por atender a sus hijos



El frío, la mejor medicina para neonatos con problemas de neuroprotección



En el habitual recorrido por la enfermería Iberoamericana, aterrizamos esta vez en Ecuador

Diario Enfermero, toda la información sanitaria y profesional a golpe de [clic](#)





Modalidad on-line

2014-2015

HAZTE Experto universitario en

- Cartera de servicios: oferta de servicios enfermeros en atención primaria
- Gestión y liderazgo de los servicios de enfermería
- Terapias alternativas. Cuidados naturales y complementarios

20
créditos
ECTS
(500 horas)

MATRICÚLATE YA

LLAMA E INFÓRMATE EN EL **91 334 55 00**



ESCUELA INTERNACIONAL DE CIENCIAS
DE LA SALUD

Fuente del Rey, 2. (Esquina Ctra. de Castilla)
28023 - Madrid
Tel.: 902 50 00 00 Fax: 91 334 55 05
eics@escuelacienciassalud.com
www.escuelacienciassalud.com



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA