



Premios ED

Talento y potencial
de la enfermería

PÁG. 6

En profundidad

Enfermeros expertos
en rescate de montaña

PÁG. 24

Desde la Universidad

'Salvando a Llanetes'

Un grupo de profesores de la Universidad de Castilla
La Mancha ha desarrollado un proyecto para facilitar
la enseñanza de la RCP a los niños

PÁG. 46

4 Opinión

Amelia Amezcua Sánchez, directora de FUDEN, y Yolanda Núñez Gelado, directora de la revista.



6 Premios ED

El 28 de noviembre la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, FUDEN, y el Sindicato de Enfermería, SATSE, celebraron la sexta edición de los Premios Enfermería en Desarrollo



10 Conoce a todos los ganadores

Crónica con todos los detalles y los proyectos ganadores de los Premios ED. Conoce en profundidad todas las iniciativas premiadas y finalistas



20 Premio ED

Enfermeras del equipo de calle de salud mental de los hospitales universitarios Clínico San Carlos y La Paz de Madrid

21 Más enfermeras para los pacientes



Agradecimiento a las doce personalidades del mundo de la cultura, la comunicación y el espectáculo que apoyaron la campaña "Faltan miles" para reclamar más enfermeras para los pacientes



22 La Gran Vía más enfermera

Por segundo año consecutivo, la Gran Vía madrileña volvió a brillar con la enfermería y la fisioterapia gracias a los Premios ED



24 Rescate en montaña

Aragón cuenta con una unidad de enfermería experta en rescate en montaña

30 Vendaje funcional, una alternativa eficaz

Un grupo de enfermeras el Hospital de Fuenlabrada de Madrid está liderando el empleo del vendaje funcional en el servicio de urgencias



32 Diástasis, un enfoque rehabilitador

La enfermera y matrona Sara Cañamero de León ha desarrollado un método que permite la recuperación de la diástasis sin intervención



34 Morfeo, un proyecto para mejorar el sueño

Enfermeras del Parc Sanitari Virgili de Barcelona mejoran el descanso de los pacientes

Edita: Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, FUDEN

Presidente: Víctor Aznar Marcén

Directora: Yolanda Núñez Gelado

Directora editorial: Amelia Amezcua Sánchez

Redactor jefe: Juan Andrés Silés Rodríguez

Web: www.enfermeriaendesarrollo.es

Foto de portada: Imagen correspondiente al proyecto 'Salvando a Llanetes' emprendido por un grupo de profesores de la Universidad de Castilla La Mancha para enseñar RCP a los niños

Redacción y administración: C/ Veneras, 9. 28013 Madrid

Teléfono: 915474881. **Fax:** 915422068

Correo electrónico: enfermeriaendesarrollo@fuden.es

Depósito Legal: M-15637-2013.



38 **Tratamientos innovadores de la TCA**

Las enfermeras del Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona están innovando en el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria



42 **Sandra Ibarra, fundación solidaria frente al cáncer**

La Fundación Sandra Ibarra trabaja para impulsar la investigación y la toma de conciencia frente al cáncer



46 **Salvando a Llanetes**

Un grupo de profesores de la Universidad de Castilla La Mancha ha desarrollado un proyecto para facilitar la enseñanza de la RCP a los niños

Más allá de todas las expectativas

Los Premios Enfermería en Desarrollo superan, edición tras edición, el número de candidaturas presentadas, la relación de componentes de sus jurados, los asistentes en directo a la gala, los espectadores que nos siguen a través de internet y las redes sociales, el impacto en medios o la capacidad de convocatoria entre las autoridades políticas e institucionales... Todo lo anterior se traduce en cifras y aspectos cuantitativos que cada año sobrepasan todas nuestras expectativas y establecen un listón más alto para la siguiente edición, en la que ya estamos trabajando. Sin embargo, todo lo anterior no sería posible sin el compromiso y la participación de los profesionales de enfermería y fisioterapia, sin su talento, capacidad y compromiso con los cuidados, todo ello transformado en candidaturas a los Premios ED.

Todos los años disfrutamos mucho con el desarrollo de la gala y más disfrutamos cuando pasados unos días nos ponemos a escribir las páginas de la revista Enfermería en Desarrollo que incluyen la crónica de cuanto pasó en la gala y repasamos los discursos de todos los protagonistas. Durante unos breves minutos saben que sus palabras van a ser seguidas por miles de personas a través de Enfermería Tv, pueden ser trending topic en España y tener miles de lecturas y visualizaciones en las distintas redes sociales, quedarán para siempre impresas en la revista y servirán de modelo e inspiración para otras muchas compañeras:

Puede sonar a tópico, tras seis ediciones, pero un hecho que se repite año tras año es el ambiente que se genera entre la enfermería y la fisioterapia, a modo de fuerza amplificadora de la profesión que cada año demuestra que no tiene límites ni barreras, gracias al empuje de sus proyectos, tal y como destacó en su discurso la directora de la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, Amelia Amezcua.

Los proyectos finalistas y ganadores de cada edición de los premios demuestran que la enfermería está cada vez más presente en todos los ámbitos de la sociedad, allí donde es necesaria una enfermera, resolviendo las necesidades de cuidados. Esa capacidad para responder a las demandas de la ciudadanía es la que seguirá haciendo crecer a la profesión y es la que nosotros queremos seguir contando y premiando en la revista Enfermería en Desarrollo. Más allá de las cifras y los datos cuantitativos, el verdadero motor de la profesión es el valor cualitativo del trabajo de la enfermería y la fisioterapia.

Comienza un año muy significativo para la profesión, el llamado "veinte-veinte" con Nursing Now y todos los retos que han hecho suyos las distintas instituciones enfermeras.

ED revista

Lee todos los contenidos en la web enfermeriaendesarrollo.es





**AMELIA AMEZCUA
SÁNCHEZ**

Directora ejecutiva de FUDEN

Somos generadoras y dueñas de nuestro potencial y talento

Quiero compartir con los lectores una sensación que he vivido en los meses previos a los Premios ED. Muchas personas, de diferentes contextos y organizaciones, me decían continuamente: "¡En noviembre tenemos los premios!". Reconozco que ese "tenemos", en primera persona del plural, ese reconocimiento de la gala como algo suyo, de toda la profesión, me emocionaba profundamente. Significa que los premios han conquistado el corazón de muchas enfermeras, que los viven como "los premios de la enfermería". Esto es un honor para todos los que desde FUDEN y SATSE organizamos el evento.

Creo que lo que ha conseguido seducir y atraer tantos corazones ha sido el cambio de enfoque que hemos dado a la profesión y a los profesionales con la revista y los premios. Priorizamos la responsabilidad social y el servicio público sobre cualquier interés personal o económico. Los titulares que las enfermeras acaparamos en las noticias redundan en las precarias condiciones de trabajo o en las agresiones. Estos enfoques no reflejan el trabajo de las enfermeras, con toda su riqueza y sus matices, con la complejidad y la diversidad de nuestros cuidados y servicio a las personas. Vimos que era necesario sustituir esa práctica centrada en hablar de las barreras a las que nos enfrentamos por un nuevo discurso que refleje nuestro potencial y talento, poniendo voz a proyectos silenciados, aportando luz a espacios asistenciales en la sombra, acercándonos a las personas y sus historias. Es cuanto se pone de manifiesto en todas las ediciones de los premios, los magníficos proyectos realizados en todos los rincones de nuestro país. Y es que las barreras de la enfermería, que las hay, son externas, no internas. **Esto es una gran noticia, porque las enfermeras somos generadoras y dueñas de este talento.** Las barreras están fuera, pero nosotras tenemos la capacidad de transformar esta realidad y asumimos esta responsabilidad. Hemos cambiado el asiento de pasajero por el de conductor de nuestro desarrollo y del de las personas a las que cuidamos. Por supuesto, asumimos los

riesgos que esto implica. Si de algo nos ha servido ir tanto años como pasajeras, observando las barreras que nos impiden progresar, es para conocer la estrechez de mente y falta de visión de muchas de las personas con puestos de responsabilidad, que toman decisiones y fomentan políticas basadas en presunciones obsoletas, generando discordancia entre lo que la ciencia dice y lo que se hace.

La revista "The Lancet" ha publicado un editorial dedicado a las enfermeras a propósito del 2020, designado por la OMS como el año internacional de la enfermera. Titulado "2020: liberar todo el potencial de la enfermera", asegura que estamos muy lejos de darnos cuenta del valor total de la enfermería. Afirma que si mejora la enfermería mejora la atención sanitaria. Por ello, reclama a los gobiernos y sistemas de salud que reconozcan el verdadero potencial de las enfermeras. También advierte que para mostrar la evidencia y el impacto de lo que hacemos, y satisfacer las necesidades de salud a nivel mundial, hay que garantizar nuestro desarrollo y capacitación, contar con recursos suficientes y con apoyo político e institucional. Por ello, quiero formular la siguiente cuestión: **¿Tenemos las enfermeras en España estas tres condiciones necesarias para liberar todo el potencial? ¿Capacidad, recursos y apoyo político?**

Nuestro país cuenta con la generación de enfermeras mejor formada, la más activa y con más vocación de servicio. Creamos oportunidades para mejorar la salud e impactamos en la calidad de vida de las personas, abriendo una nueva cartera de servicios y procesos de cuidados necesaria para la población y para afrontar los desafíos de la sociedad. Pero no siempre "somos" ni "tenemos" los recursos suficientes y raras veces contamos con apoyo político e institucional. Es urgente que el optimismo, la energía y la utopía de nuestros proyectos se traslade a los despachos y salas de reuniones, con medidas a favor de la enfermería. Esto es lo único que nos falta a las enfermeras, para liberar nuestro potencial.



**YOLANDA
NÚÑEZ GELADO**
Directora de Enfermería en
Desarrollo

El telón de la ilusión y la emoción

El pasado 28 de noviembre, cercana ya la media noche, se cerraron las puertas del cine Capitol de Madrid, donde por sexto año consecutivo había tenido lugar la ceremonia de entrega de premios Enfermería en Desarrollo.

Allí, a la entrada de los cines, sobre la alfombra roja, podían verse las huellas que había dejado el acontecimiento. A pesar de haberla estrenado solo unas horas antes, se observaban en ella claros signos de desgaste y deterioro. Al fin y al cabo, en tan solo unas horas, soportó el paso de más de mil personas entrando y saliendo, y fue testigo de emociones, prisas, nervios, esperas y algún que otro imprevisto.

Los primeros en recorrerla lo hicieron para asegurar que todo estuviera en su sitio, que no existiera arruga o depresión a lo largo de su recorrido que pudiera suponer un riesgo para ninguno de los asistentes, procediendo a retirar tras la última revisión, la envoltura plástica protectora que aseguraba que no hubiera mácula alguna cuando comenzara la llegada de los asistentes.

Al final de la escalera de entrada, se colocaron focos y cámaras para facilitar la retransmisión en directo de las entrevistas a través de Enfermería Tv. Se situaron cateñarias para dar acceso tanto al público, personalidades y jurados, como a los que ya se sabían ganadores de uno de los galardones o aquellos que esperaban con ilusión y muchos nervios la decisión de los jurados. Todos ellos, ya fuera directamente, ya después de ser entrevistados para la televisión o la radio, siguieron el camino que la alfombra roja les marcaba, llevándoles hasta el photocall donde los fotógrafos de la organización tenían la difícil misión de atrapar en una sola imagen, en un segundo, la emoción que cada uno incorpora a este encuentro anual que ya se ha convertido en tradición imprescindible en la profesión.

Durante las casi dos horas que se prolongó el evento, la acción y las emociones estuvieron concentradas y contenidas entre las paredes de la sala de proyección del Ca-



pitol Gran Vía, donde las risas y los aplausos constantes dieron testimonio del éxito del acontecimiento.

De la misma forma que en nuestra revista incorporamos información importante en la contraportada, también la ceremonia de entrega de premios proporciona una contraportada sin la cual podría perderse parte del brillo y el glamour que se consigue durante el acto. Por eso, el mayor desgaste de nuestra alfombra roja ocurre, no con la entrada de los invitados, sino durante el coctel posterior. Es el momento para las celebraciones y felicitaciones, aún cuando no se haya llegado a conseguir el galardón. Es tiempo de encuentros, presentaciones y reencuentros. Se alcanzan acuerdos y se pactan futuras reuniones de trabajo o se planifican investigaciones conjuntas, y un sinfín de compromisos y proyectos nuevos.

Es, en definitiva, una ocasión donde, lejos de darse por finalizado el evento, se inician muchos otros. Porque este momento, con el germen de los nuevos planes e ilusiones compartidas ya firmemente enraizado, es lo que en buena medida justifica que año tras año se levante el telón y se mantenga la ilusión y la emoción. ¡Hasta el próximo año!

Premios ED 2019, talento, capacidad y compromiso

Enfermeríatv



Sindicato
de Enfermería



En los Premios Enfermería en Desarrollo todo el mundo gana. Por supuesto, los nueve proyectos galardonados y, también, los finalistas, pues llegar hasta la gala ya es en sí un importante reconocimiento. Ganan la enfermería y la fisioterapia, que tienen en la gala un punto de encuentro inigualable donde compartir experiencias, intercambiar impresiones y proyectar

nuevas iniciativas. Quizás esto explica que, por segundo año consecutivo, las más de 1.000 plazas de los Cines Capitol Gran Vía de Madrid se quedaran pequeñas para albergar a todos los profesionales que manifestaron su interés en asistir en directo a la ceremonia de entrega de los galardones. Y ganan las autoridades, cada vez más relevantes, que comprueban en directo la fuerza de una

profesión que desborda talento, ilusión y ganas de trabajar, tal y como se refleja en todas y cada una de las iniciativas proyectadas en las pantallas del Capitol. La dinámica de una ceremonia de entrega de premios siempre es la misma: finalistas, ganadores y discursos de agradecimiento. Sin embargo, los asistentes a la gala de la revista Enfermería en Desarrollo saben muy bien que siempre habrá algún giro

Fuden
Fundación para el desarrollo
de la Enfermería

ed ENFERMERÍA EN
DESARROLLO



inesperado en el guion, un guiño especial o un inicio diferente.

Así volvió a ocurrir este año, cuando una llamada de teléfono imprevista para Yolanda Núñez, directora de Enfermería en Desarrollo, dio comienzo al acto. Es una llama imprevista pero muy habitual entre el colectivo enfermero.

-¿Tengo que ir a trabajar?

Imposible. No puedo. Además, tengo el día pedido y firmado

desde hace dos meses. Vamos no puedo ir hoy. No es un favor personal. Es trabajo y me he comprometido a presentar los Premios de la Enfermería.

Del compromiso inesperado en el que se encontraba Yolanda la salvó Llum Barrera, quien presentó con una gran espontaneidad y un perfecto dominio de las tablas la gala. Así fue como comenzó todo, con una elegante denuncia de algunos

de los problemas con los que las enfermeras se encuentran en su día a día. Fue un mensaje inicial corroborado por el discurso de la directora de la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, Amelia Amezcua, en el que subrayó que las barreras que se encuentra la enfermería "son externas, no internas.

Nosotras tenemos la capacidad de transformar esta realidad y asumimos esta responsabilidad.

Somos generadoras de nuestro propio desarrollo y del desarrollo humano de las personas a las que cuidamos", subrayó Amelia. "Con los premios, creados en 2014 en una época de crisis y recortes, apostamos por un cambio de enfoque total con nuestra revista y premios Enfermería en Desarrollo, priorizando la responsabilidad social y el servicio público de los profesionales sobre cualquier interés personal o económico". Amelia profundizó en una de las claves de los premios: "reflejar todo nuestro talento" y pidió a las autoridades presentes "los recursos y el apoyo político e institucional para liberar todo nuestro potencial". En esta misma línea se expresó el presidente del Sindicato de Enfermería, Manuel Cascos, quien reivindicó la generalización del cargo de directora general de cuidados en todas las comunidades autónomas, con el liderazgo de enfermeras, y agradeció el apoyo recibido por las 660.000 personas que han firmado para reclamar una ley de seguridad del paciente que garantice "una asignación máxima de pacientes por enfermera". Todas fueron peticiones que hicieron suyas las autoridades políticas presentes, los consejeros de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Enrique Ruiz Escudero, Extremadura, José María Vergeles, y Castilla La Mancha, Jesús Fernández. Este último, en su discurso de clausura, propuso un lema: "Más salud con más enfermería". Al margen de los discursos, los protagonistas de la noche fueron los proyectos finalistas y ganadores: la mejora de la calidad de los cuidados en la UCI neonatal del Hospital Son Espases; la maleta pedagógica para mejorar la comunicación con los niños de 6 a 9 años diagnosticados de patología





Los premios de la enfermería

De izquierda a derecha, vista general del auditorio; foto de familia con todos los finalistas; Llum Barrera, durante un momento de la presentación; la directora de la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, Amelia Amezcua; el consejero de Sanidad de Madrid, Enrique Ruiz, atiende a Frecuencia Enfermera; truco de magia de Jorge Blass; y las autoridades presentes en los premios.

oncológica del Hospital del Mar de Barcelona; el proyecto de aprendizaje servicio para favorecer las donaciones del Centro de Transfusión de la Comunidad de Madrid; la intervención grupal para mejorar la percepción de la soledad entre las personas mayores del Parc Sanitari Sant Joan de Deu; la tesis doctoral con el modelo de competencias para la gestora enfermera de Alberto González; el TFG sobre la influencia de los cuidados paliativos pediátricos en la etapa final de la vida y el papel de enfermería, escrito por Eva Martínez; y el plan de acogida de enfermeras desarrollado por el Hospital Gregorio Marañón de Madrid. Además, iniciativas como #FFPaciente, Enfermera Saturada y Enfermería Blog recibieron el premio Enfermería Tv; y las enfermeras del equipo de calle de salud mental de los hospitales La Paz y Clínico San Carlos de Madrid se llevó el Premio ED 2019. Cada año es más complicado alzar uno de los galardones, pues aumentan tanto el número de candidaturas, 274 este año, y el nivel de las mismas, como destacó la directora de Enfermería en Desarrollo, Yolanda Núñez Gelado: "Se presentan un gran número de equipos de trabajo, lo que enriquece cada vez más las propuestas. Te das cuenta de todas las personas que están trabajando para que la enfermería evoluciones y avance. Muchísimas gracias por ello". Fueron muchas las ideas manifestadas a lo largo de la gala de los Premios Enfermería en Desarrollo 2019. Uno de estos mensajes, manifestado por Enfermera Saturada, sigue resonando como un eco en el recuerdo de la mayoría de los espectadores de la ceremonia: "Despertad y creeros lo importante que sois y el poder que tenéis".

Gran apoyo social e institucional

Como es habitual, los Premios Enfermería en Desarrollo reunieron a importantes representantes institucionales y sociales, entre ellos tres consejeros de sanidad y varias personalidades del ámbito cultural.

Edición tras edición, los Premios Enfermería en Desarrollo siguen captando la atención de los representantes políticos e institucionales y de diversas personalidades de la cultura y el espectáculo. Así volvió a ocurrir en la edición de 2019. Tres consejeros de sanidad, cinco directores y subdirectores generales de cuidados y hasta seis actrices, escritores, periodistas y cantantes se congregaron en los Cines Capitol de Madrid. Todos apoyaron a la enfermería y la fisioterapia con su presencia y también en sus discursos. Así, en su intervención de clausura, el consejero de Sanidad de Castilla La Mancha, Jesús Fernández, apostó por un "cambio de modelo que gire hacia la Atención Primaria y la salud comunitaria, porque el sistema tiene que estar basado en cuidar en todas las etapas de la vida. Para ello, quiero establecer un lema: 'Más salud con más enfermería'". En esta misma línea se expresó el consejero de Sanidad de Madrid, Enrique Ruiz: "El rol de las enfermeras cada vez va adquiriendo una dimensión mayor. No solamente tenemos la parte asistencial, sino la formación, la investigación y la gestión y es algo en lo que todas las administraciones tenemos que recoger las peticiones del colectivo, mejorando de manera permanente el papel de las enfermeras en nuestro sistema nacional de salud". Mientras que el consejero de Sanidad de Extremadura, José María





Vergeles demandó que se sigan constituyendo las categorías de enfermeras especialistas en todo el país, como han hecho en Extremadura. "Las enfermeras sois las especialistas en el cuidado y el cuidado es el futuro, porque las personas envejecen, nuestros niños van a la escuela y sois imprescindibles para las personas con discapacidad o en situación de dependencia". La gala también sirvió para congregar a los nuevos directores y subdirectores generales de cuidados, una figura introducida en varias comunidades autónomas. El asturiano Sergio Valles reclamó una mayor inversión en enfermería "para garantizar la cobertura sanitaria universal. Tenemos que estar en la mesa donde se adoptan las decisiones estratégicas de políticas de salud, porque de esa manera mejorará la salud de los ciudadanos". En este sentido, la castellano-manchega Begoña Fernández, subrayó "el nivel de compromiso de los profesionales de los cuidados para mejorar la salud de la población, permitiendo que se preste una asistencia sanitaria digna y de calidad". Esto se consigue promoviendo la calidad percibida, como indicó la balear María Antonia Font: "cuando cuidas con todos los sentidos estableces una relación con la persona cuidada que nos lleva a la excelencia". Precisamente, en este concepto abundó el riojano Jorge Mínguez: "Tenemos que dar vida a los cuidados y a las cuidadoras y cuidadores. Esto lo conseguimos contándolos. Los cuidados son dinámicos y esto es posible gracias a la capacidad que tenemos las enfermeras de tender a la excelencia en nuestro trabajo", concluyó.

Uno de los momentos más emotivos de la gala fue el reconocimiento a las personalidades del mundo de la cultura y el espectáculo por prestar su imagen para lograr una ley que garantice un mínimo de enfermeras por paciente. Muchos de ellos estuvieron presentes en los cines Capitol y compartieron sus experiencias con las enfermeras. Sobre estas líneas: Marisol Membrillo, Lucas (de Andy y Lucas), Jorge Blass, Andrés Aberasturi y Clara Sánchez.

CALIDAD PERCIBIDA



GANADOR

Juan Carlos Berdeal Narciso

Enfermero. Supervisor UCI Neonatal.
Hospital Son Espases de Palma de Mallorca

'Proyecto de mejora de la calidad de los cuidados prestados en la UCI Neonatal'

El ganador, Juan Carlos Berdeal, manifestó su agradecimiento a la organización por "dar visibilidad a los que llevamos trabajando tanto tiempo, con alegrías, tristezas y problemas, pero que al final siempre tienen un buen fin". Igualmente "a todo el equipo que me ha seguido y me ha puesto las cosas muy fáciles para llegar hasta aquí". El proyecto ganador ha mejorado el trabajo en la UCI neonatal con los cuidados centrados en el desarrollo y la familia (micro y macro ambiente, control del dolor, método canguro, y lactancia materna), impulsaron un proyecto con planes de formación; implantación de protocolos con escalas de medición del dolor; medidas farmacológicas y no farmacológicas para evitarlo; y extracción de leche materna a pie de incubadora. Instauraron medidas para favorecer un ambiente según las recomendaciones de niveles de luz y ruido y la participación de las familias; el "Día del Prematuro", la reducción del estrés del ingreso y la promoción de la investigación enfermera.

JURADOS

María Jesús Alcázar Verde
Idoia Aparicio Goñi
Margarita Camarero Shelly
Marta Ruiz Gómez-Pimpollo
María Eugenia Pinar García
Esther Rey Cuevas
Ana Belén Salamanca Castro
María Ángeles de la Torre Blanco

ENTREGÓ EL PREMIO

María Antonia Font Oliver,
Directora General de Salud Pública
y Participación de la Consejería de
Salud de Baleares



FINALISTA

Gabinete de Neumología del Hospital Can Misses de Ibiza

Ana M^a Ribas Ahumada
M^a Luisa Escobar Povedano y
Yolanda Reyes García García

Enfermera de alta resolución en unidad de diagnóstico rápido para minimizar el tiempo entre pruebas

La unidad es un recurso asistencial enfocado al diagnóstico rápido en personas con sospecha de neoplasia pulmonar. Puesta en marcha en 2017, ha atendido a 141 pacientes. Evita ingresos hospitalarios, demoras en diagnósticos y tratamientos y minimiza la separación de la persona de su medio socio-familiar. Reduce el tiempo entre pruebas, disminuye la frecuencia de visitas al hospital reuniendo varias pruebas el mismo día, mejora la accesibilidad y maximiza el desarrollo de las competencias especializadas de las enfermeras.



INNOVACIÓN Y CREATIVIDAD



GANADOR

Grupo de Innovación en Child Life

Ainoa Biurrun Garrido, Carla Noguer Pich y Carmen Jerez Molina, enfermeras del Hospital del Mar y campus Docent Sant Joan de Déu

'Mejorar la comunicación e información con el niño de 6 a 9 años diagnosticado de patología oncológica mediante una maleta pedagógica'

"Para nosotras es un privilegio el hecho de estar en los Premios y supone un apoyo impresionante... Estamos sin palabras", reconocieron las ganadoras. Su maleta pedagógica está ideada para promover el desarrollo físico, social, emocional e intelectual de los niños. Es una herramienta de innovación pedagógica que ayuda al profesional y al niño a comunicarse mientras juegan. El equipo está formado por enfermeras expertas y educadoras con experiencia profesional en Child Life, metodología que trabaja las emociones infantiles a través del juego. La maleta contiene nueve juegos desarrollados para alcanzar una serie de objetivos: trabajar los miedos y las emociones, resolver dudas, promover el afrontamiento de la enfermedad, realizar ejercicios de fisioterapia y ayudar a la auto relajación. Además, contribuye a normalizar el proceso de hospitalización.

JURADOS

María José Alonso Nager
Fátima Cabello Sanabria
Manuel Camós Ejarque
Carmen Ferrer Arnedo
Crispín Gigante Pérez
Betty Mercedes Illatopa Flores
Sara León González
María Victoria Merino Alobera
María Teresa Santos Ciprián
Inés Soto Mancebo
Alvaro Trampal Ramos
Ángel Villagordo

ENTREGÓ EL PREMIO

Jorge Mínguez Arias,
Subdirector General de
Coordinación Socio Sanitaria y
Cuidados de la Consejería de
Salud de La Rioja



FINALISTA

Salusplay

Carlos Valdespina Aguilar y
José María Cepeda Díez

Aplicación móvil basada en inteligencia artificial para garantizar unos cuidados de enfermería científicos y seguros

Uno de los retos de las enfermeras, que afecta a las organizaciones sanitarias, es la gestión eficaz del conocimiento, pues manejamos una enorme cantidad de información en la toma de decisiones clínicas. Salusplay es una aplicación móvil, basada en inteligencia artificial, que ayuda a las enfermeras en el trabajo diario a tomar decisiones basadas en la mejor evidencia científica, y permite una formación continuada ilimitada, atemporal y ubicua, garantizando unos cuidados eficientes y seguros. La app se divide en cuatro secciones que responden a los problemas habituales en la práctica clínica enfermera.

PREMIO VIVESOY A LA PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO Y LOS HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE



GANADOR

Centro de Transfusión de la Comunidad de Madrid

Pilar de la Peña Zarzuelo y Nuria Vilela Sánchez

'Proyectos de Aprendizaje Servicio en la escuela: una apuesta de futuro en donación de sangre'

"Queremos dar las gracias a todos los cientos de niños que han participado en los proyectos de aprendizaje servicio en estos años, pues ellos son los verdaderos protagonistas de este premio". Este fue el final del discurso de agradecimiento de los ganadores. Llevan quince años convirtiendo al alumnado en el futuro de la donación, como fruto de su sensibilización, y en el presente, trabajando en propuestas motivadoras de su comunidad. El Centro de Transfusión de la Comunidad de Madrid lleva seis años participando en estas iniciativas, con una enfermera tejiendo red con instituciones: centros escolares, centros sanitarios y ayuntamientos. En el curso 18-19 fueron más de 1.110 alumnos de 12 centros de 7 municipios los implicados en los proyectos y colaborando en los maratones de seis hospitales. Como resultado, suben las donaciones. Es un ejemplo de que la promoción de la donación tiene un pilar fundamental en la información y educación de la población.

JURADOS

Beatriz Alvarez Embarba
Javier Cabrerizo Fernández
Jesús Castro Toro
Llanos González Espinosa
María Victoria Merino Alobera
Soraya Polo Jiménez
M^a A. Rodríguez Calderita Facundo
María José Solaeta Gómez
Alberto Tovar Reinoso
Zaira Villa Benayas

ENTREGÓ EL PREMIO

Elena Garea Herranz,
Directora del Área de Nutrición y
Salud de Calidad Pascual



FINALISTA

Anna Sort González

Indihealth S.L.

B.Energy by ALVUM: La aplicación para el autocuidado del síndrome del colon irritable

B.Energy by ALVUM es una aplicación diseñada para que el usuario pueda realizar un seguimiento de sus hábitos de vida y de sus visitas al baño mediante la escala de Bristol. Así, pueden entender cómo le afectan sus decisiones y su impacto sobre la enfermedad. Además, cuenta con vídeos didácticos sobre hábitos de vida saludable para seis aspectos fundamentales de la salud intestinal: alimentación, sistema digestivo, ejercicio, sueño, salud mental y entorno. Todo ello fomenta el autocuidado y la implicación en el seguimiento de la enfermedad.



INICIATIVAS CORRESPONSABLES



GANADOR

Jordi Ramón Rizo

Enfermero especialista en Salud Mental.
CSMA Cornellá. Parc Sanitari Sant Joan de Deu

'Impacto de una intervención grupal en la percepción de soledad de las personas mayores'

El proyecto ganador demuestra el impacto de una intervención grupal sobre la percepción de soledad y salud entre las personas mayores. Por ello, su autor, Jordi Ramón Rizo, manifestó su agradecimiento a todos los componentes del grupo que "con su trabajo y esfuerzo han hecho posible que esté aquí... El trabajo nos ha empoderado a todos. A los participantes les ha dado una percepción de soledad mejor y una mejor calidad de vida. A mí, como profesional, me ha dado las herramientas para ser mejor enfermero". Jordi Ramón ha realizado un estudio cuantitativo, cuasi-experimental, con 63 personas mayores de 64 años en situación de soledad. En intervenciones semanales de 60 minutos trabajaron la estimulación cognitiva, los patrones relacionales interpersonales y los hábitos saludables. Disminuyó la demanda en salud, aumentó la participación en actividades comunitarias y disminuyeron factores de riesgo para la salud y de la prescripción farmacológica, aumentando la percepción de la calidad de vida.

JURADOS

Santiago Agudo Polo
Alicia Batalla Sardá
Romy Kaorí Dávalos Alvarado
Laura Mallada Rivero
David Pérez Manchón

ENTREGÓ EL PREMIO

Begoña Fernández Valverde,
Directora General de Cuidados y
Calidad del SESCAM



FINALISTA

Carmen Jurado Luque

Enfermera del Hospital
Universitario Reina Sofía
de Córdoba

Atención enfermera a la salud sexual de mujeres en situaciones vulnerables

El proyecto finalista nace para cubrir las demandas en materia de Salud Sexual y Reproductiva de las mujeres en riesgo de exclusión social y situaciones vulnerables en la consulta externa de salud sexual del Hospital Reina Sofía de Córdoba. Ofrece una atención ágil, multidisciplinar, inclusiva, accesible y adaptada con el fin de disminuir los embarazos no deseados y abortos, los casos de retirada de hijos tras el parto, prevenir ITS, VIH-SIDA y abordar trastornos sexuales. La comunicación de las mujeres con la enfermera genera un espacio de conocimiento y confianza.

UNIVERSIDAD. TRABAJOS FIN DE GRADO, MÁSTER Y EIR



GANADORA

Eva del Rocío Martínez Alfonso

Graduada en el Centro Universitario de Enfermería Cruz Roja de Sevilla

'Influencia de los cuidados paliativos pediátricos en la etapa final de la vida y papel de enfermería'

"Este premio es un reconocimiento al esfuerzo realizado en el trabajo fin de grado, en el que quise aportar mi granito de arena para mejorar los cuidados paliativos, en especial en un colectivo tan vulnerable como los niños", afirmó la ganadora. Su proyecto analiza el papel de las enfermeras en los cuidados paliativos pediátricos en niños con enfermedades oncológicas, neurológicas y cardiológicas, haciendo específicamente referencia a la continuidad asistencial, el control de síntomas y sus repercusión. Además, tiene en cuenta a la familia y profundiza en la importancia del apoyo psicológico, la continuidad domiciliar y la percepción de la atención recibida por el equipo de enfermería. Plantea que los cuidados paliativos mejoran el control de los síntomas, reducen las complicaciones y los costos, incrementan la satisfacción en las personas y la calidad asistencial, favorecen la visualización de los cuidados paliativos pediátricos y los cuidados domiciliarios.

JURADOS

Antonio Arribas Cachá
Rebeca Cabrero Serrano
María Isabel Carrión Bolaños
Ana Isabel Díaz Cuasante
Cristina Fernández Guardia
Sergio Fernández Vaquerizo
Samuel Gozalo Arenal
Miguel Ángel Iglesias Blanco
Lara Martínez Gimeno
Maite Pérez y Pérez Medrano

ENTREGÓ EL PREMIO

Sergio Vallés García,
Director General de Cuidados,
Humanización y Atención
Sociosanitaria de la Consejería de
Salud del Principado de Asturias



FINALISTA

Lucía Herradón Lijó

Enfermera. Máster por la Universidad de Alcalá (Madrid)

Actitudes y conocimientos de las enfermeras de un área asistencial sobre la planificación anticipada de decisiones y las instrucciones previas

El índice de otorgamiento de Instrucciones Previas (IIPP) es bajo. En abril de 2019 solo un 0,61% de la población española ha otorgado IIPP. Existe un nivel bajo de conocimientos sobre las IIPP y la Planificación Anticipada de Decisiones (PAD). El trabajo finalista analiza los conocimientos y las actitudes de las enfermeras de Atención Primaria y Especializada de un área asistencial sobre la PAD y las IIPP. Para ello, realizó un estudio piloto observacional, descriptivo y transversal. Los resultados reflejan un bajo conocimiento.



UNIVERSIDAD. TESIS DOCTORALES



GANADOR

Alberto González García

Doctor en Enfermería por la Universidad Europea de Madrid. Enfermero del Complejo Asistencial Universitario de León

'Modelo de Competencias para la Gestora Enfermera (MCGE)'

"El modelo de gestión tiene que cambiar. La profesionalización de la gestión tiene que desarrollarse apoyada en competencias y aquí tienen nuestra propuesta". Fue el mensaje final del ganador, cuya tesis doctoral plantea un modelo compuesto de 51 competencias, de las cuales 8 son básicas: toma de decisiones, gestión de las relaciones, habilidades de comunicación, escucha, liderazgo, gestión de conflictos, principios éticos, colaboración y habilidades para gestionar equipos. Al respecto, la gestora enfermera necesita desarrollar sus competencias al nivel de competente, muy competente y experto en distintos ámbitos, entre ellos el operativo, el logístico y la alta gestión. En su discurso de agradecimiento, Alberto González también destacó el nivel de la enfermería española como "referente a nivel mundial y en el contexto internacional. Por ello, pido un aplauso para todas las enfermeras que hoy están en nuestros hospitales al pie de la cama sujetando la mano de cada uno de nuestros pacientes".

JURADOS

Carmen Báez León
Begoña Errasti Ibarrondo
Nélida Conejo Pérez
Matilde Fernández y Fernández-Arroyo
Iván Ortega-Deballón
Alberto Tovar Reinoso
Laura Visiers Jiménez
Juan Francisco Velarde García

ENTREGÓ EL PREMIO

Eva García Perea,
Directora del Departamento de Enfermería de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM)



FINALISTA

Amelia Rodríguez Nogueiras

Doctora en Enfermería por la Univ. Complutense de Madrid. Responsable de investigación en enfermería del Hospital Universitario La Princesa de Madrid

Nuevo modelo de atención telemática por enfermería en una unidad monográfica de enfermedad inflamatoria intestinal

La tesis finalista evalúa el impacto del manejo por enfermería de la atención telemática de los pacientes con diagnóstico de enfermedad inflamatoria intestinal (EII), una enfermedad crónica con morbilidad alta y múltiples complicaciones que precisan numerosas consultas, visitas a urgencias y hospitalizaciones. La autora plantea una intervención donde más del 75% de las consultas telemáticas son resueltas de manera autónoma e inmediata por enfermería. El modelo se está implementando en el Hospital de La Princesa en Madrid.

TRABAJO ENFERMERO



GANADOR

Equipo de Enfermería del Hospital Gregorio Marañón de Madrid

Rubén Fco. Flores, Ana M^a García, M^a Isabel Durango, M^a Dolores González y Diana Molina

'Plan de acogida estructurado como estrategia de seguridad en una organización de alta complejidad'

Los ganadores señalaron que se trataba de un reconocimiento "a todas las enfermeras del Hospital Universitario Gregorio Marañón por el esfuerzo diario, la persistencia y la perseverancia por intentar alcanzar día a día la excelencia en los cuidados". La iniciativa ganadora plantea la acogida del personal de enfermería de nueva incorporación como una práctica institucional organizada desde la Dirección de Enfermería y coordinada por el Departamento de Formación Continuada. Está estructurada en dos fases: una general (para todos los profesionales) y otra específica (en áreas asistenciales concretas). Esto contribuye a garantizar la seguridad de los pacientes y a mejorar la capacitación de los profesionales ya que les permite adquirir conocimientos y habilidades en entornos de aprendizaje controlados, impartidos por profesionales expertos. La acogida mejora el sentimiento de pertenencia y favorece la adhesión a prácticas seguras que garantizan la calidad de los cuidados. "Tenemos un lema: en el HGUM nunca caminarás solo".

JURADOS

Rosa Bárcena Miguel
María Fe Gamio González
Raquel Luengo González
Santiago Pérez García
Juan Francisco Velarde García

ENTREGÓ EL PREMIO

José María Vergeles Blanca,
Consejero de Sanidad y Servicios
Sociales de la Junta de Extremadura



FINALISTA

Nursing Revolution

Teresa Ochagavía Pelayo
Carla Zapata Zapata y
Bárbara García Tarancón

Internet como herramienta de mejora para las enfermeras: Nursing Revolution

Nursing Revolution (nursingrevolution.com) es una vía de comunicación para aquellas profesionales que deseen información sobre temas como conferencias en el mundo, ofertas de trabajo fuera de España, validación del título en otros países, exámenes de oposiciones y EIR... Cuenta con un podcast como lugar de encuentro para enfermeras con inquietudes por aprender y compartir conocimiento. Es un proyecto dinámico, en constante evolución, abierto a la demanda de sus usuarios en función de sus peticiones.

ENFERMERÍA TV

GANADORES

Enfermería Blog (Jordi Mitjá), Enfermera Saturada (Héctor Castiñeira), y #FFPaciente (Pedro Soriano)

En 2019, el premio Enfermería Tv ha reconocido la proyección de tres iniciativas que han destacado por impulsar la imagen positiva de la profesión entre la sociedad más allá del ámbito asistencial: #FFPaciente, Enfermera Saturada y Enfermería Blog.

Tras recibir el galardón por el proyecto #FFPaciente, Pedro Soriano subrayó que el premio era "compartido, con pacientes, con personas con rol de pacientes que hacen que cada viernes tengan voz a través de las redes sociales. Un espacio que no sería posible sin un equipo con el que intentamos poner nuestro granito de arena para que no veamos al paciente como la tercera persona del singular. Son personas activas que tienen que tomar decisiones y que pueden ayudarnos a cambiar nuestro sistema y mejorarlo". Por su parte, Héctor Castiñeira (Enfermera Saturada) dio las gracias a "los más de 250.000 oyentes que cada lunes sintonizan RNE y a los más de 125.000 que cada viernes sintonizan Radio Galega para oír a un enfermero dirigiendo un espacio de salud en la radio pública y confían en la enfermería para resolver sus dudas de salud. Gracias a David Sierra, José Antonio García, Alfredo Menéndez y Quico Novoa por romper barreras y creer que la enfermería puede hacer divulgación, desmontar mitos y cuidar de la salud de los ciudadanos". Héctor agradeció a todos sus seguidoras en redes sociales y a los lectores de las aventuras de En-



fermera Saturada. "Si estoy aquí es gracias a vosotros". Su último mensaje fue un agradecimiento a las "grandes mujeres que esta profesión me ha permitido conocer, maravillosas compañeras a las que admirar, mujeres anónimas que dan lo mejor de sí mismas, que se dejan la piel por los pasillos de un hospital y que no serán noticia. Mujeres libres, fuertes y generosas. Fuertes para soportar la carga de trabajo que nos imponen y para convivir con la carga menos amable de la vida y no derrumbarse y generosas por ser capaces de dejar de lado a su propia familia para ir a cuidar de gente que no conocen de nada pero que saben que necesitan a una enfermera a su lado. Despertad y creeros lo

importante que sois y el poder que tenéis".

Por último, Jordi Mitjá (Enfermería Blog) no habló de él "sino de todos nosotros. Cuidamos las 24 horas, los 365 días del año. Estamos a pie de cama y al lado de todas aquellas personas que viven en situaciones complicadas. Lo hemos visto todo, desde un nacimiento hasta la edad adulta, y es que no tenemos un trabajo normal. Las enfermeras cambiamos vidas y eso lo cambia todo. Me gustaría hacer una reflexión a los políticos y gestores de las organizaciones: escuchen más a las enfermeras y confíen de verdad en ellas. Invertir en enfermeras es apostar por la salud de los ciudadanos y ahorrar en el gasto sanitario", finalizó Jordi.

PREMIO ESPECIAL ENFERMERÍA EN DESARROLLO 2019

GANADOR

'Cuidados enfermeros integrales a personas sin hogar con trastorno mental grave: Equipo de Calle de Salud Mental'

Enfermeras del Equipo de Calle del Hospital Clínico Universitario San Carlos de Madrid y Hospital Universitario La Paz



Las enfermeras del Equipo de Calle de Salud Mental de los hospitales La Paz y Clínico San Carlos de Madrid recibieron el Premio Enfermería en Desarrollo 2019 por la importancia de sus cuidados enfermeros integrales a personas sin hogar con trastorno mental grave. Tres de sus integrantes, Javier Fernández, Roberto Brizuela y Arturo Alonso manifestaron su agradecimiento "porque este reconocimiento visibiliza a todas las personas con las que nosotros trabajamos y que son invisibles para la sociedad. Los vemos en la calle y cuando estén en el hospital, con un ingreso, o en vuestro centro de salud es necesario entender

su problemática, a lo mejor para asearlas tenemos que hacerlo tres veces, pero tenemos que cuidarlas como lo hacemos con el resto de personas".

Arturo Alonso nos dejó un mensaje final, aprovechando la presencia en el auditorio de políticos y gestores: "¡Sanidad universal sí, para todos y todas ya!".

También intervino la directora de Enfermería del Hospital Clínico San Carlos, Encarnación Fernández: "Quiero agradecer que deis visibilidad a este trabajo enfermero tan importante que sale de las paredes de los centros para atender en la calle a las personas más desfavorecidas en

riesgo de exclusión social y que lógicamente sin esta atención todavía tendrían una atención mucho peor en su vida". Mientras que Esther Rey, directora de Enfermería del Hospital La Paz, destacó que había sido "una sorpresa, un reconocimiento para enfermeros que todos los días se dejan la piel en los hospitales, los centros de salud y en la calle. Escucharles es una maravilla, es como vivir con ellos lo que hacen cada día. Se quitan su uniforme, con la imagen que representa para nosotras, y van con su propia imagen a compartir su vida, con generosidad, para garantizar los cuidados. Todo esto representa mucho".

RECONOCIMIENTO AL APOYO DE LA ENFERMERÍA

RECONOCIMIENTO

Campaña 'Faltan miles'

para reclamar más enfermeras por paciente

Agradecimiento a las doce personalidades del mundo de la cultura, la comunicación y el espectáculo que la apoyaron

Una enfermera puede llegar a tener a su cargo a más de veinte pacientes en una planta. La ratio segura aconseja entre seis y ocho pacientes. Un trabajo importante es comunicar esta realidad a la sociedad para que tome conciencia de ello y reclame más enfermeras. Es lo que pretende la campaña 'Faltan miles', del Sindicato de Enfermería, SATSE. En esta labor han colaborado personalidades públicas prestando su imagen para que todos valoremos la importancia de contar con más enfermeras. Con algunas de ellas, presentes en la gala de los Premios ED, tuvo un gesto de agradecimiento el presidente del sindicato, Manuel Cascos. " 660.000 gracias de ciudadanos y ciudadanas que con vuestra ayuda, vuestro compromiso y generosidad con los pacientes, los ciudadanos y las enfermeras y enfermeros, han permitido que una propuesta de ley para la seguridad del paciente llegue al Congreso de los Diputados y se establezca una asignación máxima de pacientes por enfermera. Sin vosotros no hubiera sido posible". Todas las personalidades presentes devolvieron el agradecimiento con unas emocionadas palabras. El periodista Andrés Aberasturi recordó "la palmada que me dio



una enfermera a las cuatro de la mañana en el noveno piso de la Fundación Jiménez Díaz cuando yo estaba llorando a chorros con mi hijo en la cama. Es algo que no tiene precio, tiene salario, pero no precio. Y quiero decirle a los políticos que es verdad que todo el conocimiento, el empoderamiento, todo lo que habéis dicho de las enfermeras es cierto. Lo tienen todo, vosotros tenéis la firma". Por su parte, la actriz Marisol Membrillo manifestó su confianza en que "nuestros políticos estén a la altura en aspectos tan importantes e imprescindibles como la vida de cada uno de los seres humanos que vivimos en este país". Los

cantantes Andy y Lucas extendieron su agradecimiento a las enfermeras del Hospital Puerta del Mar de Cádiz. Mientras hacía un truco que deslumbró a todos los asistentes, el mago Jorge Blass destacó la capacidad de las enfermeras de "convertir lo ordinario en extraordinario gracias a sus cuidados". Por último, la escritora Clara Sánchez, reconoció haberse "emocionado al ver todo el conocimiento, talento y esfuerzo de la enfermería. No os podéis imaginar la seguridad que nos ofrecéis, que nos proporcionáis, porque nada más veros pensamos que nada malo puede pasar. O sea, que vamos a salir bien de allí. Así que muchísimas gracias

La Gran Vía más enfermera

Por segundo año consecutivo, la Gran Vía madrileña volvió a brillar con la enfermería y la fisioterapia gracias a los Premios Enfermería en Desarrollo, celebrados en los Cines Capitol





Recuerda los Premios de la Enfermería y la Fisioterapia

En premios.enfermeriaendesarrollo.es, Enfermería Tv y Frecuencia Enfermera



En premios.enfermeriaendesarrollo.es

En la web de los Premios ED puedes conocer a todos los protagonistas y ver la crónica gráfica de los momentos más destacados de la recepción inicial con los finalistas, la gala y el cóctel final. En las fotogalerías podrás ver a los asistentes que pasaron por la alfombra roja: premios.enfermeriaendesarrollo.es



En www.enfermeriatv.es

El equipo de la televisión Enfermería TV retransmitió en directo la gala de los Premios Enfermería en Desarrollo 2019. Cerca de 8.000 personas vieron la emisión. Si quieres disfrutar de la gala al completo y conocer tanto a los ganadores como a los finalistas accede a la web www.enfermeriatv.es.

En frecuenciaenfermera.es

La radio on line de FUDEN, Frecuencia Enfermera, también estuvo presente en la gala de los Premios ED, recogiendo los testimonios de todos los protagonistas. Escucha la crónica en su web, frecuenciaenfermera.es.

Más de medio millón de personas

El impacto de los Premios ED en redes sociales llevó al hashtag #premiosed a ser trending topic nacional en twitter durante la gala. Solo en Twitter llegó a más de medio millón de personas. Todos los contenidos de los premios llegaron a más de 5,5 millones de personas y tuvieron cerca de 10 millones de visualizaciones



en el conjunto de redes sociales entre el 24 de noviembre y el 2 de diciembre.



Enlace a la retransmisión de la gala

Enfermeros expertos en el rescate de montaña



La comunidad de Aragón cuenta con una unidad de rescate en montaña. Es un modelo desarrollado por el Servicio de Urgencias Sanitarias del 061 y la Guardia Civil. Sus responsables cuentan cómo se forman y trabajan.



Tienen conocimientos multidisciplinarios de montaña. Pueden moverse con suficiencia y seguridad por barrancos, paredes y pendientes nevadas. Incluso dominan el esquí de montaña. Y, además, participan en rescate de personas con helicóptero. Para ello, están acreditados por la Guardia Civil. Todas estas cualidades las reúnen los sanitarios (médicos y enfermeras) que forman parte de la Unidad de Rescate en Montaña, adscrita al Servicio de Urgencias y Emergencias Sanitarias del 061 en Aragón. Es un equipo de profesionales perteneciente al Servicio Aragonés de Salud (SALUD) que se ocupa de la asistencia sanitaria durante el rescate en todas las zonas de montaña, media montaña y cualquier lugar de difícil acceso de esta comunidad autónoma. "El 061 Aragón trabaja para que la población se sienta segura, pues estamos a su lado las 24 horas del día los 365 días del año. Me gusta decir que somos el primer eslabón de la cadena de asistencia", destaca Pilar Alcober, directora de enfermería del 061 de Aragón.

La unidad de montaña permanece activa durante todo el año, con base en Huesca y también se desplaza durante el período estival, entre junio y septiembre, a Benasque para dar una respuesta adecuada al aumento de la demanda de asistencia debido a la alta afluencia de personas en determinadas zonas de los Pirineos. El equipo sanitario ubicado en la base oscense en período estival está integrado exclusivamente por enfermeros. "Nos encargamos de la asistencia sanitaria en el rescate. Por ejemplo, el helicóptero del 112 puede acudir a un accidente de tráfico en una carretera pero si el vehículo cae por una zona de difícil acceso y son necesarias maniobras

El modelo aragonés

La Unidad de Rescate en Montaña está integrada por siete médicos y siete enfermeros capaces de ofrecer asistencia sanitaria en cualquier punto de Aragón

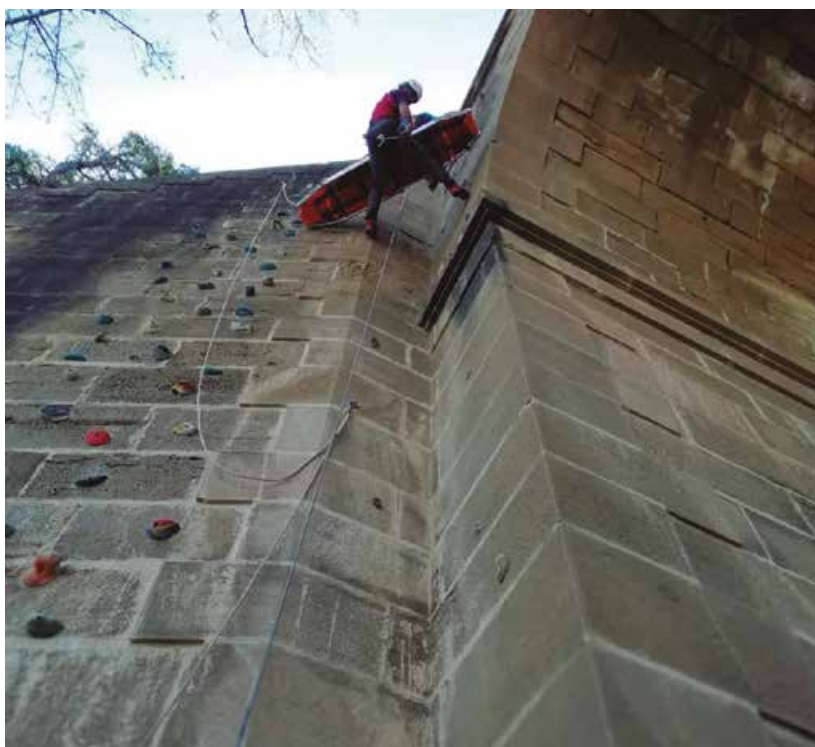
de rescate, activan a la unidad para acceder a las personas accidentadas, dar la primera asistencia para sacarlas del lugar donde se encuentran y llevarlas a un punto de socorro en el que ya puede actuar el equipo de soporte vital avanzado del 112", explica Manuel Vázquez, coordinador de enfermería de la Unidad de Rescate de Montaña, con experiencia en la misma desde 1996. "La diferencia con el helicóptero del 112 es que el de la Guardia Civil dispone de una grúa y el personal va equipado y preparado para realizar estas maniobras. Esto nos permite acceder a cualquier lugar y efectuar el rescate en menor tiempo", completa Pilar Alcober.

La presencia de la Guardia Civil en la unidad de rescate es una de las principales características que diferencia a este servicio. Para ello, cuentan con un convenio con el Ministerio del Interior y la Dirección General de la Guardia Civil. El hecho de contar con la participación de los sanitarios requiere de una acreditación específica por parte de estos. "Es indispensable reunir una serie de condiciones físicas y técnicas y los conocimientos necesarios para poder trabajar desde una grúa, acceder a un barranco, pared o lugar de difícil acceso", explica Pilar. La acreditación consta de una serie de pruebas distribuidas en siete unidades



De izquierda a derecha, Manuel Vázquez, Pilar Alcober y Sergio García. En las imágenes del centro y la parte inferior de la página, prácticas con camillas, A

de competencia necesarias para desenvolverse con seguridad en el rescate de montaña, tal y como especifica Manuel Vázquez: "Cada unidad de competencia completa las diferentes disciplinas y técnicas mínimas que tienes que conocer, como la espeleología para progresar y desenvolverte en instalaciones de cuerda fija, que es lo que fundamentalmente se utiliza en el rescate. Tienes que dominar el esquí de montaña, al tener nieve en el invierno y en montaña, como es el caso de los Pirineos. Algunos accidentes ocurren en lugares abruptos con nieve. Otro aspecto destacado son los barrancos, por los que también hay que moverse con maniobras de cuerdas. Lo mismo ocurre con la escalada. En este caso, no tienes que ser un profesional pero sí tienes que poder desenvolverte con seguridad, resolución y autonomía. También hay que desplazarse con soltura por las pendientes herbosas y los caminos de la baja y media montaña, otro espacio donde los rescates son habituales. Y, por último, al volar en un helicóptero, tienes que recibir formación aeronáutica, conocer los protocolos de la Guardia Civil y la normativa de seguridad



MÁS ENFERMEROS PARA LA UNIDAD

"Es fundamental que haya cantera y nos gustaría que la unidad de rescate en montaña estuviera integrada por más enfermeros con el fin de potenciar su funcionamiento", destaca Pilar Alcober, directora de enfermería del 061 de Aragón.



A la derecha, rescate de una persona politraumatizada

Labor premiada

Los niveles de preparación, acreditación y formación de los miembros de la Unidad de Rescate en Montaña les han llevado a obtener numerosos reconocimientos. El último ha sido el Premio Santa Cristina al Rescatador, concedido por la SEMAM, que ha recibido el brigada José Manuel García Valcárcel, piloto de la Unidad Aérea de Huesca (UHEL 41).

en vuelo". Todas estas habilidades las certifica un tribunal integrado por docentes del Centro de Formación de la Guardia Civil (CAEM) y los miembros de su Unidad Aérea. "Yo siempre digo que los profesionales de la unidad de rescate son montañeros que estudiaron enfermería y lo que quiero es animar a los enfermeros que reúnan estas características a formar parte de este servicio", incide Pilar Alcober.

Igualmente, los agentes de la Guardia Civil que integran el dispositivo reciben formación por los sanitarios de la unidad de rescate de montaña. De esta forma, en caso de necesidad los rescatadores pueden apoyar al personal sanitario, funcionando todos como un equipo multidisciplinar. El trabajo en equipo es fundamental, subraya Manuel Vázquez: "La labor que desarrollamos requiere una confianza mutua. Esto se consigue con la acreditación que avala tus capacidades y todos saben lo que pueden esperar de ti. El equipo del helicóptero de rescate está formado por el piloto, el copiloto, que se encarga de la operación con grúa, y un sanitario, que será médico

Un modelo de rescate con cerca de 25 años de recorrido

La trayectoria de la unidad de rescate en montaña, el denominado modelo aragonés, comienza en 1996, con los cursos universitarios de especialización en medicina de urgencias en montaña, promovidos por el profesor José Ramón Morandiera y conocidos por su acrónimo CUEMUM. "Los estudiantes que se formaban realizaban prácticas con la Guardia Civil y poco a poco se fueron integrando y trabajando con los grupos de rescate. Este fue el germen de todo", relata Pilar Alcober, directora de enfermería del 061 Aragón. "A pesar de los años que han transcurrido, estamos en continua evolución. En 2002 se estableció un convenio de colaboración a través de Servi-

cio Aragonés de Salud y el 061 Aragón con el Ministerio del Interior para que nuestros profesionales formaran parte de los Grupos de Rescate en Montaña de la Guardia Civil. Y a partir de 2005 el curso de especialización se transformó en un máster de urgencias en montaña (MUM) en el que comenzó a haber una participación importante de enfermeras y enfermeros. Algunos de ellos están trabajando con nosotros". Así, en la actualidad, los enfermeros que asumen la asistencia sanitaria del rescate en montaña para el verano en la base de Huesca tienen que dar cobertura al Pirineo occidental, gran parte de la sierra de Guara y también la cordillera ibérica aragonesa.



A la izquierda, búsqueda de la localización del rescate. En el centro, maniobra de apoyo en el rescate y a la derecha transferencia de una persona rescatada

o enfermero según la base y la época del año. A este dispositivo se unen dos agentes de la Guardia Civil del GREIM de la demarcación correspondiente al lugar donde se solicita el rescate. Todos tenemos que conocer las funciones que corresponden al compañero e interactuar bien. Por ejemplo, ellos tienen que saber cuáles son nuestras actividades sanitarias, los tiempos que requerimos o las condiciones para evacuar a un paciente en camilla o con una férula y los medios que necesitamos. Los enfermeros, si es necesario, también colaboramos en temas de seguridad en vuelo y maniobras, alertas por pájaros, cables eléctricos, aterrizaje, etc.". Para entrenar todo tipo de situaciones, cada año enfermeros y rescatadores de la Guardia Civil realizan 40 horas conjuntas de formación, en forma de niveles técnicos y con planes de instrucción, donde se combinan y se ponen al día las cuestiones técnicas y las sanitarias.

En el helicóptero, los enferme-

APOYO Y COORDINACIÓN

La unidad de rescate en montaña permanece activa desde media hora antes del orto y hasta media hora después del ocaso. Acortar los tiempos de respuesta e intervención es uno de los retos del día a día. Aquí es fundamental la coordinación y las comunicaciones. "Los enfermeros siempre trabajan en comunicación directa con el centro coordinador de urgencias (CCU), en el que hay médicos y enfermeros para ofrecer apoyo a la hora de llevar a cabo los diferentes protocolos existentes", explica Pilar Alcober.

ros cuentan con un equipamiento sanitario específico, adaptado al medio en el que se desenvuelven. "Hemos desarrollado una unidad de enfermería con los equipos asistenciales necesarios para nuestras competencias sanitarias", asegura Manuel. "Llevamos una mochila con todo el material necesario para realizar la primera asistencia de urgencias y poder hacer manejo básico de vías, controlar hemorragias, administrar oxígeno, analgesia en caso de dolor, material de inmovilización, un monitor y un desfibrilador automático (DEA). También llevamos equipos de comunicación con nuestro centro coordinador que nos permiten seguir los protocolos establecidos", describe Sergio García, uno de los profesionales que integran la unidad. Ante una emergencia, el tiempo y la toma de decisiones son fundamentales. "Nuestras intervenciones se producen en un medio hostil", subraya Manuel Vázquez. "El planteamiento operativo es fundamental. No



al helicóptero del 112



puedes sacar todo el material y ver qué necesitas. Otra cuestión son los tiempos de intervención, que deben ser muy cortos. Tenemos que ser prácticos y efectivos y saber gestionar el estrés de la toma de decisiones rápida, pues previamente desconoces las condiciones del lugar o el estado exacto de la persona accidentada". La mayoría de las intervenciones son traumatológicas, "casi el 90%, sobre todo en extremidades inferiores, el tobillo, la tibia, el peroné o la rodilla. El resto son problemas cardíacos y en ocasiones politraumatismos", detalla Sergio, quien aún recuerda un rescate del último verano que pone como ejemplo de coordinación de todos los dispositivos de emergencias. "Nos pasaron aviso de una persona que se había caído y estaba inconsciente, aunque parecía que respiraba. Al mismo tiempo que partimos, solicitamos el apoyo del helicóptero medicalizado (SVA) del 112. Llegamos al lugar del accidente, descartamos que hubiera patología con riesgo vital,

LA PRUDENCIA EN LA MONTAÑA

En los últimos años ha aumentado la afluencia de personas al Pirineo aragonés, debido a las numerosas actividades en montaña y a ser escenario de diferentes competiciones deportivas. Esto ha supuesto también un incremento en el número de accidentes. Los responsables de la unidad de rescate de montaña inciden en un mensaje de prudencia. "Cuando vamos a la montaña toda precaución que tomemos es poca, incluso para hacer senderismo", subraya Pilar Alcober. "Tenemos que salir preparados y no lanzarnos a la aventura de manera inconsciente".

administramos oxígeno, canalizamos una vía venosa, se administró farmacoterapia protocolizada e inmovilizamos al paciente. Cuando lo sacamos ya estaba esperando el 112 para completar la asistencia necesaria", comenta Sergio. "La reacción de la persona accidentada cuando llegas es una de las vivencias que te proporcionan mayor satisfacción en este trabajo", subraya Manuel Vázquez. "Recuerdo, este verano, una persona accidentada en un barranco, con un problema traumatológico complicado, con mucho tiempo de permanencia en la zona, con hipotermia y con poco tiempo para la intervención, pues estábamos próximos al ocaso. Gracias a la experiencia y coordinación de todos los miembros del equipo de rescate se pudo evacuar en el menor tiempo posible. Recuerdo el agradecimiento que reflejaba su mirada, la tranquilidad y la seguridad en su abrazo durante la maniobra de rescate con la grúa y al llegar al hospital el agradecimiento por la atención recibida".

Vendajes funcionales, una alternativa eficaz y eficiente que las técnicas tradicionales

Un grupo de enfermeras del Hospital Universitario de Fuenlabrada de Madrid, Luz Averó y José David Pérez, está liderando el empleo del vendaje funcional en la inmovilización selectiva de la articulación lesionada que acorta los plazos de recuperación.



A la izquierda, los enfermeros José David Pérez, Macarrilla, Óscar Vega Palencia y Juan Manuel Molina Arévalo. A la derecha, imágenes de los cursos de vendaje funcional que suelen impartir



Muchas técnicas empleadas en el deporte de alta competición de manera pionera se trasladan posteriormente a la asistencia. Es lo que ha ocurrido con el vendaje funcional y neuromuscular. Es habitual ver a Rafa Nadal ser atendido por un sanitario que le está poniendo un vendaje funcional del tendón rotuliano para que continúe compitiendo. O a porteros de fútbol como Iker Casillas que en la recuperación de una fractura en la mano lleva un vendaje neuromuscular debajo de la férula. En el caso de enfermería, profesionales como Juan Manuel Molina Arévalo, Óscar Vega Palencia, María Luz Averó Pulido y José David Pérez Macarrilla lo aplican en las urgencias del Hospital Universitario de Fuenlabrada de Madrid, donde está integrado en la cartera de servicios y donde todos los profesionales conocen y pueden efectuar esta técnica.

"El vendaje funcional permite una inmovilización selectiva de la articulación lesionada o dolorida, con lo cual la parte no afectada puede seguir realizando su función con normalidad", explica Juan Manuel Molina. "Es un vendaje más especial, por el tipo de vendas, elásticas e inelásticas, que utilizamos. Podemos combinar las dos o emplear solo una. Las aplicamos en cualquier articulación del cuerpo, en lesiones como esguinces, de tobillos, rodillas, y muñecas, dedos, roturas fibrilares de músculos, tendones, etcétera", completa Óscar Vega. La diferencia con los vendajes compresivos o rígidos es clara: "Un tobillo vendado de forma tradicional queda totalmente inmovilizado e impide andar. Cuando lo escayolas no puedes ni apoyar el pie. Con el funcional sí puedes mover el tobillo y seguir andando", subrayan Juan Manuel y Óscar.

Los beneficios del vendaje funcional para la recuperación de las lesiones son diversos, como indica Juan Manuel Molina: "Acorta los tiempos de recuperación y permite que la persona retome su vida normal en menor plazo; disminuye el riesgo de pérdida muscular y trombosis y evita la necesidad de administrar medicación para prevenirla".

Óscar y Juan Manuel trabajan con el vendaje funcional desde 2006. Ambos tienen formación y experiencia en enfermería deportiva. De hecho, compatibilizan su labor en el Hospital de Fuenlabrada con su presencia en un club de fútbol de élite. "La aplicación en el medio deportivo nos ha ayudado a aprender a manejarlo, conocer nuevas técnicas y, posteriormente, implantarlas en el hospital". Además, han generado evidencia con un estudio comparativo con el tratamiento de una lesión

Alternativa más técnicas tradicionales

de Madrid, formado por Juan Manuel Molina, Óscar Vega, María Funcional en el servicio de urgencias. Esta técnica permite una mayor rapidez de recuperación y mejora la calidad de vida de los pacientes



de tobillo, en el que mostraron que la nueva técnica disminuyó las consultas de traumatología. "Una vez el paciente recibe el alta, el seguimiento lo realizan en Atención Primaria, con lo que el paciente no tiene que solicitar consultas en Atención Especializada y todo es más sencillo". Otro trabajo similar lo hicieron con las urgencias en infantil. "Empleamos el vendaje funcional en niños sin realizar radiografía y no pasamos por alto ninguna fractura. Por tanto, demostramos que evita radiar tanto a los pacientes".

El vendaje neuromuscular va más allá del ámbito músculo-esquelético. "Curar heridas, drenar edemas o hematomas de prótesis de rodilla, heridas quirúrgicas, úlceras vasculares o cirugía, especialmente la estética", explican Óscar y Juan Manuel. Ambos coinciden en que "el desconocimiento es el mayor problema para generalizar esta práctica".



Formación específica

"El cambio del pasado al futuro es sencillo". Con esta idea ejemplifican los enfermeros Juan Manuel Molina Arévalo y Óscar Vega Palencia la filosofía de la formación necesaria para aprender vendaje funcional. Así han formado a los profesionales de urgencias del Hospital de Fuenlabrada y están haciéndolo también con enfermeras de Atención Primaria. De hecho, imparten un curso con la Fundación para el Desarrollo de la Enfermería, que también ha editado un manual sobre la materia. "En síntesis, repasamos anatomía y exploración e intentamos que entiendan el porqué. Esto es lo más importante. Es una cues-

tion de sentido común. Decidir dónde poner la tira activa para limitar el movimiento de la articulación afectada, teniendo en cuenta dejar al paciente la mayor libertad posible, dentro de limitar el movimiento que pueda afectar a la patología de su articulación. No haces nada de forma automática. Tienes que entender por qué lo haces y qué quieres conseguir".

Al margen de este tipo de formaciones, tanto Juan Manuel como Óscar consideran necesario que estos conocimientos se impartan en la formación universitaria, pues en la actualidad no está incluida en los planes de estudio del grado de Enfermería.



Desde Maternal

Diástasis, un enfoque rehabilitador

La enfermera y matrona Sara Cañamero de León ha desarrollado un método que permite la recuperación de la diástasis sin intervención

Sara Cañamero de León es enfermera pediátrica y matrona. Tras trabajar en diferentes hospitales de Madrid y Pamplona, en servicios que no estaban relacionados con su formación, decidió emprender, a pesar de que había logrado plaza en la sanidad pública. "Me destinaron a una planta de vascular y yo nunca había trabajado con adultos. Es una de las realidades de las enfermeras, que valemos para todo. Entonces, decidí empezar desde cero y, como soy muy activa, me aventuré con Maternal, un centro de atención integral a la mujer y a la primera infancia, con matronas, fisioterapeutas, psicólogos y profesionales de atención tem-

prana". De forma paralela a esto, tras tener su segundo hijo, Sara sufrió una diástasis de rectos o abdominal, patología relativamente frecuente tras el embarazo que consiste en la separación de los músculos rectos abdominales. A raíz de ello, Sara comenzó a formarse en las técnicas de rehabilitación. De todo ello hace alrededor de siete años. En la actualidad, Sara es una de las principales especialistas en esta patología de nuestro país. "Entonces no había nada. Si tenías una diástasis la única opción que te daban era la operación. Me formé en Canadá y Estados Unidos, donde aprendí el método de Judi Tupler, que era la única profe-

sional que trabajaba la rehabilitación. Además, en Francia conocí la labor de los fisioterapeutas, que estaban bastante avanzados en diástasis de rectos y con todo ello generé mi propia propuesta para abordarla".

El programa desarrollado por Sara Cañamero es único en España y está especialmente dirigido a las mujeres. "La diástasis abdominal afecta al 70% de las mujeres que han tenido más de dos hijos. Son personas que se encuentran realmente mal. Se miran al espejo y no se reconocen. Su problema no se puede solucionar con dieta o ejercicio. Además, puede tener repercusiones negativas en el suelo pélvico, a nivel lumbosacro y digestivo". El tratamiento tiene una duración de nueve semanas. "La mayoría de las pacientes son de sexo femenino y madres. Necesitan gestionar bien el tiempo y saber cuánto les va a llevar. Les ponemos un objetivo, con inicio y final. Primero, realizamos una valoración, midiendo la separación de los rectos abdominales, con ecografía y técnica manual. Luego, establecemos el tratamiento, dividido en tres fases: choque, estabilización y mantenimiento. La primera etapa es común para todas y a partir de ahí nos vamos adaptando a la respuesta de cada persona. Les enseñamos ejercicios específicos de transversos, oblicuos y combinados. Vuelven al centro para que les corriamos los movimientos y la respiración y ya siguen en casa, con el apoyo de una plataforma on line. Cada día tienen que trabajar veinte minutos, para que puedan integrarlo en su rutina, facilitando la adherencia".

Los resultados obtenidos son positivos, con una tasa de éxito cercana al 98 por ciento. Sin embargo, Sara advierte: "Es importante que sean conscientes de que la recuperación no es fácil. Van a llevar vida normal, pero tienen que cuidarse y prevenir. Nosotras les damos las pautas para ello y para que sepan cómo actuar en caso de que se vuelva a abrir la diástasis, aunque esto no suele ocurrir".

La diástasis en hombres

La diástasis también es una patología que sufren los hombres, aunque tiene sus rasgos particulares, según explica Sara Cañamero. "En las mujeres suele ser completa, abierta desde el pubis al apéndice xifoide, mientras que en los hombres suele predominar la diástasis supraumbilical. Suele estar provocada por tos o estreñimiento crónicos, esfuerzos repetidos debido a la actividad profesional levantando peso o el abuso de determinados ejercicios como los abdominales hipopresivos, ya que no toda la actividad física está indicada para todas las personas. Con los hombres, trabajamos otro tipo de entrenamientos, pero siempre durante nueve semanas".

Al margen de la diástasis, en Maternatal ofrecen otros muchos servicios. "Intentamos recrear la esencia de la enfermería, acompañando a las personas en todos los ámbitos, bio-psico-social", expone Sara. "Estamos especializadas en patologías de suelo pélvico, tanto en hombres como en mujeres. Fundamentalmente nos centramos en las mujeres, pues tenemos muchos más riesgos debido a los partos y a las secuelas posteriores que nos pueden quedar. En general, abarcamos todo lo que una matrona o una enfermera pueden hacer por una mujer. El suelo pélvico es mi campo, pero también lo es el postparto. Igualmente, estamos especializadas en sexología".



**Más información
sobre diástasis y
Maternatal:
diastasis.es**

Centro de referencia para la diástasis

La trayectoria de Sara Cañamero y Maternatal con su programa de diástasis ha permitido que se conviertan en un centro de referencia para esta patología. "En muchas ocasiones los responsables de las unidades de cirugía de los hospitales de Madrid que operan diástasis me consultan o derivan los casos para que yo los investigue", señala Sara. De hecho, a veces es aconsejable realizar el tratamiento de rehabilitación antes de la intervención quirúrgica. "En muchas ocasiones prefieren que las pacientes pasen por nuestras manos porque no es lo mismo operar unos rectos que estén separados 8 o 10 centímetros de otros que se queden a 2 o 3, que es lo que conseguimos cuando realizan nuestro programa. Para mí esto es indicativo de que estamos trabajando bien. Llevamos muchos años formándonos e intentando estar en la vanguardia y todo esto me hace feliz,

pues me encanta mi trabajo".

Precisamente otra de las actividades que llevan a cabo en Maternatal es la formación de otros profesionales en el tratamiento de la diástasis. "Hemos hecho una primera edición y en 2020 esperamos seguir con nuevos cursos, pues se están interesando por nuestro método compañeras de toda España e incluso de Latinoamérica. Poco a poco se van abriendo nuevos centros y yo estoy contenta con ello. Cuanto más allá seamos capaces de ir por el bien de las mujeres mucho mejor. Cuando tenemos un problema como la diástasis necesitamos apoyo y soporte y no conformarnos con lo que hay establecido. Se puede cambiar, se puede rehabilitar y estar mejor en todos los aspectos, a nivel sexual, de suelo pélvico, abdomen... Cuando nosotras estamos bien, está bien todo nuestro entorno y todo funciona mucho mejor", concluye Sara Cañamero.



Desde la enfermería

Morfeo, un proyecto para mejorar el sueño de los pacientes

Las enfermeras del Parc Sanitari Pere i Virgili de Barcelona han implementado con éxito un proyecto para respetar el descanso de los pacientes. La iniciativa ha reducido el ruido y la iluminación durante la noche y ha cambiado la organización del turno de noche.

¿Qué podemos hacer para mejorar el descanso de los pacientes? Esta pregunta fue la que llevó al equipo de enfermería del Parc Sanitari Pere i Virgili de Barcelona a plantear una intervención integral para mejorar la calidad del sueño en las personas ingresadas. El proyecto, denominado Morfeo, comenzó a implementarse en 2016 y en la actualidad se lleva a cabo en las diez unidades de hospitalización del centro, con una capacidad para 364 camas. "Enfermería considera el descanso como un proceso de vital importancia dentro del concepto salud-enfermedad. En este sentido, un adecuado descanso puede suponer, a medio y largo plazo, una disminución en la estancia hospitalaria, e incluso una más pronta recuperación de los pacientes", asegura Alba Sandoval Abad, supervisora de enfermería.

La iniciativa parte de una inquietud institucional a raíz de los resultados de una encuesta de satisfacción realizada en Cataluña. Sus resulta-

dos destacaban que la satisfacción de los pacientes ingresados con respecto a su descanso nocturno había bajado del 80 al 70%. "Esto nos llamó la atención y quisimos conocer mejor qué estaba ocurriendo. Son muy pocas las iniciativas empíricas que

El descanso

Un adecuado descanso puede suponer una disminución en la estancia media hospitalaria y una más pronta recuperación de los pacientes

valoran la eficacia de los programas de mejora de la calidad de descanso nocturno en entornos sociosanitarios. Es lo que quisimos plantear con el proyecto Morfeo".



Con el fin de conocer el punto de partida, llevaron a cabo una serie de mediciones sonoras "para ver en cuántos decibelios nos movíamos en nuestras unidades de hospitalización. Según la OMS, el límite máximo permitido debería ser de 35 decibelios por la noche y 45 durante el día. ¿Qué vimos? Pues que una llamada de teléfono al control de enfermería llegaba a los 80, o, por ejemplo, que el gesto de bajar una tapa de los carros de la ropa sucia o de los residuos suponía 100 decibelios". El siguiente paso fue realizar una valoración cualitativa y preguntar la opinión de los pacientes y el personal del turno de noche con una encuesta en la que participaron 245 personas ingresadas y 49 profesionales de enfermería. Las respuestas incidieron en la necesidad de reducir la intensidad lumínica y sonora en el centro.

Con toda la información obtenida, formularon un primer plan con medidas para "reducir el ruido derivado de las conversaciones y activi-



dades de los profesionales durante la ejecución de sus tareas cotidianas, disminuir el número de interrupciones del descanso nocturno del paciente a causa de las rutinas de cuidado del personal sanitario y limitar el ruido ambiental derivado de las infraestructuras del propio centro", expone Alba.

Todo el trabajo anterior se tradujo en medidas concretas. La primera de ellas fue la instalación de sonómetros en todos los controles de enfermería. "Cuando el ruido sobrepasa el número de decibelios que nosotros mismos hemos preestablecido se enciende una luz roja que pide silencio. Esto es bastante impactante a nivel de concienciación tanto para los usuarios como para los profesionales sanitarios. Los sonómetros permiten la extracción de datos para analizar la media de decibelios en un período de tiempo determinado". Otra medida que implementaron fue la sustitución de los teléfonos fijos, que no se podían silenciar, por otros



Trabajo de equipo en enfermería

El desarrollo y ejecución del proyecto Morfeo en el Parc Sanitari Pere i Virgili de Barcelona ha sido liderado por un equipo multidisciplinar del centro, compuesto por Mercedes Manso, Alba Sandoval, Pedro Garzón, Llum Veiga,

Carmina Castellano-Tejedor y Marco Inzitari. Además, han contado con el apoyo del Grupo de Investigación RE-FIT del Parc Sanitari y el Institut de Recerca Vall d'Hebron, así como de la Universidad Autònoma de Barcelona (UAB).

inalámbricos con esta característica técnica.

Las entrevistas previas realizadas a los pacientes sirvieron para reducir el ruido derivado del uso de los diferentes carros por parte de los profesionales sanitarios debido a su ir y venir por los pasillos. "Así nos lo señalaron los usuarios. Revisamos todas las ruedas y cuando fue necesario sustituimos las de pvc por otras de goma con el fin de amortiguar el sonido. Además, también silenciábamos las tapas de las papeleras con su correspondiente goma".

La reducción de la iluminación durante la noche fue otro de los aspectos en los que incidieron. "Distribuimos linternas entre todo el personal del turno de noche para que evitaran encender las luces principales. Por otro lado, los pacientes nos indicaron que les molestaba la luz de la calle, especialmente de una zona ajardinada que tenemos en la primera planta. Para corregirlo, instalamos un doble estore", indica Alba Sandoval. "Todo este tipo de medidas son pequeños cambios que hemos ido introduciendo para eliminar los factores que perjudican

el descanso de las personas ingresadas en nuestro hospital".

De forma paralela, la aplicación de todo este tipo de medidas supuso también la concienciación de los profesionales sanitarios y un cambio en la forma de trabajar de las enfermeras del turno de noche. "Una de las cuestiones que nos decían mucho

Los resultados

El desarrollo del programa Morfeo ha demostrado que pequeños cambios en la rutina de trabajo de los hospitales pueden mejorar el descanso de los pacientes

los pacientes es que las enfermeras entraban continuamente a la habitación para la toma de constantes, la medicación... Nos planteamos de qué manera podíamos reorganizar estas tareas para interrumpir el descanso lo menos posible. Lo resol-

vimos agrupando las tareas en dos horas, entrando de manera normalizada al principio y al final del turno e intentando hacerlo solo cuando es imprescindible el resto de la noche. Esto también lo hablamos con los médicos para adaptar las pautas de los tratamientos y agrupar al máximo los horarios de la medicación siempre que sea posible, especialmente en el caso de las personas mayores".

Tras dos años de implantación de Morfeo en el Parc Sanitari Pere i Virgili, en 2018 volvieron a realizar una encuesta entre los pacientes ingresados en ese momento con el fin de comprobar si habían logrado mejorar el descanso. Los resultados fueron positivos. "Reducimos en un 50% el número de pacientes que decían haberse despertado durante la noche y disminuyó también la percepción de ruido".

Según subraya Alba Sandoval, la implementación de Morfeo ha sido posible gracias al compromiso de todos los profesionales y a la implicación de la gerencia del centro. "Desde el principio, recibimos el apoyo total de la dirección, tanto desde el punto

Alianza con los pacientes

El proyecto Morfeo para promover el descanso de los pacientes también ha favorecido el trabajo conjunto de las enfermeras, las personas ingresadas en el Parc Sanitari Pere i Virgili y sus familiares. "Cuando llegan al centro la enfermera les entrega un díptico con información sobre la iniciativa, les explican lo que pretendemos conseguir y lo que es-

peramos que ellos hagan también, sobre todo a la hora de respetar el descanso de los otros pacientes. Nosotros, como profesionales, vamos a intentar no despertarlos mientras duermen y ellos tienen que hacer lo mismo con el resto de personas con las que conviven durante su ingreso", subraya la enfermera Alba Sandoval.

¿Què és el projecte Morfeo?

Aquest projecte és una iniciativa de l'equip d'infermeria per afavorir el descans nocturn dels nostres pacients.

El projecte proposa realitzar una sèrie de modificacions adoptant mesures de fàcil implantació.

L'OMS recomana que a les habitacions dels hospitals no es passi dels 40 decibels, però és habitual superar els 60.

Molts pacients no es queixen del soroll, perquè creuen que forma part de l'activitat assistencial.



de vista económico como de las facilidades ofrecidas para llevar a cabo todos los cambios. En general, todo el mundo ha aportado su granito de arena, porque es un proyecto en el que hemos conseguido la implicación del personal sanitario y de los departamentos de mantenimiento, seguridad o limpieza. Todo el mundo ha hecho un buen seguimiento de las medidas desarrolladas". Como resultado de todo el trabajo realizado, Alba destaca que "Morfeo ha disminuido los estímulos ambientales, ruido e iluminación, que dificultan el descanso de los pacientes; ha promovido el respeto de sus costumbres y hábitos de sueño; y ha tenido un impacto positivo en su bienestar mientras están ingresados".

En estos momentos, tras cuatro años de trayectoria, la intención del equipo de enfermería del hospital es volver a pasar las encuestas entre los pacientes y profundizar en aspectos como el control de la toma de medicación para dormir o la monitorización de variables como la siesta con el fin de valorar su incidencia en el descanso y recuperación de las personas ingresadas.



Una de las bases sobre la que ha trabajado el proyecto Morfeo ha sido la escucha activa de la opinión de los pacientes sobre los problemas que encuentran para descansar y dormir bien

Labor de concienciación

Una de las medidas introducidas por el proyecto Morfeo para mejorar el descanso de los pacientes ha sido la distribución de diferente cartelería en todas las unidades de hospitalización del Parc Sanitari Pere i Virgili, invitando a los profesionales sanitarios a respetar el descanso de los pacientes. Esto ha sido importante a la hora de fomentar la conciencia sobre este problema.

Trastornos de la conducta alimentaria

Modelos de innovación en salud mental y TCA

Las enfermeras del Hospital de Día perteneciente al Área de Salud Mental del Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona están destacando por sus iniciativas innovadoras a la hora de abordar el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria

La puesta en marcha de un perfil de Instagram como herramienta para el tratamiento de la anorexia y la bulimia, una hoja de bienvenida a la unidad escrita por los propios pacientes o una libreta de sentimientos y vivencias son algunas de las iniciativas desarrolladas por las enfermeras del hospital de día de trastornos de la conducta alimentaria perteneciente al Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona. Todas estas iniciativas se enmarcan dentro del plan estratégico del centro, según explica Ángeles López, jefa enfermera del Área de Salud Mental: "Nuestro plan estratégico nos marca como retos promover la participación del paciente y su familia en la toma de decisiones, ofrecer una atención integral a lo largo de la vida, intervenir en el entorno natural del paciente y su familia, e innovar en docencia e investigación".

El hospital de día atiende a 30 pacientes. Para ello, cuenta con una plantilla de seis enfermeras, dos para el turno de mañana y otras cuatro para el de tarde. Como explica Ánge-

les López, "el papel de la enfermera de salud mental se contempla dentro del proceso de atención integral a las personas con enfermedad mental, incluida en el equipo interdisciplinar, donde se unifican criterios de trabajo para la mejora de la calidad del servicio enfermero". Lola Domene

EL OBJETIVO

Promover la participación del paciente y su familia en la toma de decisiones, ofrecer una atención integral e intervenir en su entorno natural

fue la primera enfermera incorporada al equipo, hace 18 años. "Llegué con el claro objetivo de hacer educación con los pacientes", recuerda. "En la actualidad, recibimos pacientes con trastornos de la conducta alimentaria, sobre todo niñas, con edades



Equipo enfermero de Hospitalización Parcial de la Unidad de día, Lola Domene, Jordi Mitjà, Ángeles López en la sala de espera.

comprendidas entre los 9 y los 18 años. Nuestro objetivo es estabilizarlas para que posteriormente se vayan integrando en la comunidad y regresen a su entorno". En este sentido, Ángeles López incide en que la atención en salud mental prioriza la inserción en la comunidad. "Para ello, combina diferentes posibilidades de atención en el ámbito ambulatorio, comunitario y de rehabilitación, de internamiento y atención a las adicciones, teniendo en cuenta las necesidades de las personas enfermas y de sus familias".

En el caso del Hospital de Día de Sant Joan de Déu, en función de la situación de cada paciente y su evolución, el equipo de trabajo desarrolla tres niveles de tratamiento: "En primer lugar, tenemos el grupo de once horas. Es como un ingreso diario, si bien van a dormir a casa. Están con nosotros de lunes a viernes y los fines de semana marchan a casa, aunque en función de cómo evolucionen tienen que venir a hacer una ingesta en la planta de hospi-



de Trastornos de la Conducta Alimentaria. De izqda. a dcha: Anna Blasco, Fernando Guerrero, Marina Bonache, Lola Domene, Eva Cantón y Jordi Mitjá. A la sala de hospitalización

talización. Cuando están mejor, por la mañana van al colegio y por la tarde vienen a nuestro centro. Y, por último, en la etapa final están con nosotras un día a la semana. Con estas últimas niñas podemos trabajar otros muchos aspectos, al margen del tema de la comida, ya que están mucho mejor, pueden estar en casa y sólo nos quedaría consolidar todo el trabajo que hemos realizado", destaca Lola Domene.

El ciclo de atención comienza el lunes. "Comprobamos si ha venido algún paciente a urgencias o si algún padre nos ha escrito para preparar la llegada de las niñas, a partir de las 8:45h. Durante el intercambio nos reunimos con los padres y sus hijas en un despacho para que nos comenten cómo ha ido el fin de semana. Una vez las chicas se quedan con nosotras, les tomamos las constantes, las pesamos y comenzamos con las actividades cotidianas que planteamos en la unidad", describe Lola. "Organizamos grupos de gestión emocional, talleres de autoestima, etc. A partir



EL HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU

El Área de Salud Mental del Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona, perteneciente a la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, cuenta con un hospital de día con 37 plazas para niños con edades comprendidas entre los 9 y los 18 años y con diferente intensidad y modalidades de tratamiento. La mayoría de ellos tienen trastornos de la conducta

alimentaria. "Uno de los colectivos más vulnerables al que damos asistencia es la salud mental infanto-juvenil. La prestación de servicios que da soporte a este tipo de población es ofrecida por un equipo interdisciplinar donde el papel de la enfermera especialista en salud mental tiene especial relevancia", explica la jefa de enfermería, Ángeles López.

de las 13h comemos con ellas, todos juntos en la mesa. Es algo que tenemos comprobado con la experiencia de años, si tú quieres enseñarles algo es mejor que te vean hacerlo a ti. Tras la comida, hacemos alguna actividad y seguimos trabajando con ellas sus diferentes tratamientos".

El trabajo con las familias

Un aspecto muy importante del tratamiento es el trabajo con las familias. "Tenemos que empoderarlas al máximo", subraya Lola Domene. "En primer lugar, cada cierto tiempo nos reunimos con ellas para hablar de

las chicas, la alimentación... Siempre les decimos que ellos son necesarios para el tratamiento y que se tienen que apoyar en nosotras, sobre todo porque los pacientes con esta patología pueden volverse tiranos a la hora de comer y los padres tienen mucho miedo. Si es necesario, vienen con nosotras para ver cómo comemos con sus hijas. Los llevamos a una sala diferente desde la que pueden observar cómo estamos trabajando las conductas durante la comida". Así, desde el momento del ingreso, los padres tienen contacto directo con las enfermeras, cuya labor está

de Salud Mental. Tiene una finalidad terapéutica y se incluye dentro del tratamiento", explica Jordi Mitjá, enfermero del turno de tarde y uno de los promotores de la iniciativa. Para ponerla en marcha, realizaron primero una búsqueda bibliográfica. A continuación, preguntaron a los pacientes si consideraban que el proyecto les podía ayudar y, por último, los formaron en un taller de redes sociales impartido por los profesionales de comunicación del Hospital Sant Joan de Déu. "La clave de todo es que los protagonistas son los pacientes. Son ellos quienes



A la izquierda, la enfermera Lola Domene. En la imagen de la derecha, el enfermero Jordi Mitjá

pautas, dificultades, alimentación y gestión del comportamiento del adolescente. Además, tenemos dos actividades grupales de periodicidad quincenal. Primero, un grupo multifamiliar en el que hablamos de emociones y sentimientos, con todos los pacientes y sus familias y con los profesionales del hospital, como las enfermeras, el psicólogo y el educador. Y el segundo, un grupo específico con los padres de las niñas con trastorno de la conducta alimentaria en el que profundizamos en las consecuencias que genera la enfermedad, cómo podemos cambiar las pautas, mejorar la autoestima de

orientada a recuperar poco a poco el medio natural de las familias y sus hijas con el fin de superar el trastorno de la conducta.

Capacidad de innovación

El grupo de seis enfermeras del hospital de día del Sant Joan de Déu está continuamente innovando. Como fruto de esta orientación surgen iniciativas como la cuenta en Instagram [@stoptca_sjd](#), la primera puesta en marcha por pacientes en un hospital de España. "La idea está basada en el apoyo entre iguales. Es una iniciativa conjunta de los pacientes y los profesionales del Área

generan los contenidos, deciden qué van a escribir y qué foto van a publicar. El papel de los profesionales es validar esa información", señala Jordi. "Evitamos hablar de comida o de peso y centramos los temas en las repercusiones socio-emocionales que tiene el trastorno, así como en las posibles estrategias para hacerle frente". Tras los primeros meses de funcionamiento, han realizado una primera evaluación que ha validado su uso como herramienta terapéutica "pues aumenta la conciencia de enfermedad y la motivación para realizar cambios", concluye el enfermero Jordi Mitjá.

Las enfermeras del Hospital de Día de Sant Joan de Déu en Barcelona están innovando en los tratamientos de los trastornos de la conducta alimentaria con iniciativas como el uso de las redes sociales, con una cuenta en Instagram gestinada por los propios pacientes

Otros proyectos innovadores

Además de la cuenta de Instagram, las enfermeras del Hospital de Día de Sant Joan de Déu han puesto en marcha otra serie de proyectos innovadores. Uno de ellos es la hoja de bienvenida que entregan a los pacientes ingresados en la unidad de hospitalización parcial. "Su objetivo es transmitir tranquilidad, seguridad y confianza en el momento del ingreso. Es un soporte indispensable para iniciar el tratamiento, redactado con un lenguaje cercano, comprensivo y adaptado en el que se explican pautas clave, objetivos y consejos a seguir", detalla Jordi Mitjá. El segundo proyecto es la libreta de sentimientos y vivencias en la que "expresan lo que sienten y plasman los pensamientos referentes al TCA. Posteriormente, los trabajan con los profesionales. Escribir les ayuda a que desaparezcan los pensamientos negativos y a relajarse. La libreta puede servir para plasmar el plan terapéutico y ver la evolución de los pacientes".



La jefa de enfermería del Área de Salud Mental, Ángeles López

Fomento de la parte social

El tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria incide en el fomento de la parte social para que las pacientes recuperen su vida cotidiana. "Siempre que es posible, fomentamos que queden con sus amigos y salgan con ellos", afirma la enfermera Lola Domene. "Queremos que vean mundo fuera de lo que es la burbuja del TCA. Si nosotros tenemos a una niña que su motivación es ir al colegio cada día pues vamos a trabajar con este hecho. Intentamos fomentar mucho la parte social, porque de lo contrario puede resultar muy difícil recuperarte definitivamente. Por ejemplo, cuando invitan a las niñas a una fiesta

de cumpleaños, podría decir que no porque va a tener que comer delante de los demás y lo va a pasar mal. La respuesta la tratamos de trabajar con los padres y buscar alternativas con ellos. Quizás se pueda combinar que los padres vayan a buscar a la hija, coman con ella y después vaya a la fiesta de pijamas. Todo esto es muy importante, tanto la parte emocional como la social". En todos los casos los padres sienten el apoyo de las enfermeras. "Cuando tienen una hija de 16 años con TCA, de golpe, parece que se han olvidado de ser padres y nosotros les ayudamos a recuperar la normalidad", señala la enfermera Lola Domene.

Sandra Ibarra, una fundación de cáncer donde la vida es el ins

La Fundación Sandra Ibarra trabaja desde hace once años con el objeto y la toma de conciencia para poder cumplir el sueño de que el cáncer

"Hay mucha vida durante el cáncer. Es importante seguir viviendo". Es una de las principales premisas en las que basa su trabajo la Fundación Sandra Ibarra. "Por supuesto que tienes cáncer, pero, de repente, tienes claros los aspectos importantes de la vida. Es cuando más ganas tienes de vivir", explica la propia Sandra Ibarra, quien tras superar un cáncer en dos ocasiones decidió poner en marcha su fundación con el fin de generar un nuevo modelo de trabajo con los pacientes y promover una visión de la enfermedad más cercana a la realidad. "Llevo cerca de 25 años vinculada con el entorno del cáncer y once trabajando con la fundación. Con ella estamos trabajando de manera profesional; poniendo en práctica nuevos modelos de trabajo y gestión en el tercer sector; huyendo de la beneficencia, porque lo que hacemos no es caridad. Todo lo contrario. Por ejemplo, nos alineamos con la responsabilidad social corporativa de las empresas buscando el beneficio común. Quería conseguir todo esto y observando con perspectiva creo que la Fundación fue una buena decisión".

El uso correcto del lenguaje es una de las cuestiones que más relevancia tienen para Sandra Ibarra. "Trabajamos en el empleo de un lenguaje diferente. Nuestro nombre, 'Fundación Sandra Ibarra de Solidaridad frente al Cáncer', es ya una propuesta en este sentido. Hemos cambiado la batalla por la solidaridad. Queremos eliminar la terminología bélica, tan terrible, que existe en



Hace once años Sandra Ibarra decidió poner en marcha una fundación con la que trata de dar una imagen

Sandra Ibarra Fundación Sandra Ibarra

"No podemos llevar el cáncer al territorio de ganadores o perdedores según te cures o no"

torno al cáncer. También insistimos en que se denomine a la enfermedad por su nombre, cáncer, y que se dejen de emplear expresiones como 'la larga y terrible enfermedad'. ¿Por qué no podemos llamarla cáncer? ¿Por qué no lo hacemos igual que cuando hablamos de otra enfermedad? Otro ejemplo: 'Bimba Bosé perdió la batalla contra el cáncer'. La estamos llamando perdedora. No podemos llevar el cáncer al territorio de ganadores o

perdedores, según te cures o no".

La situación de los supervivientes es una de las prioridades de la fundación. "¿Qué ocurre cuando reciben el alta? Tienes los efectos secundarios del tratamiento: menopausia precoz, infertilidad, problemas de corazón, hígado, riñón... pérdida de memoria. Es un listado enorme. Te dicen que no es nada, que no te puedes quejar en comparación con todo lo que has pasado. Esto no es así", subraya Sandra. "Empiezas a peregrinar por el sistema sanitario. Recibes recomendaciones contrarias y no tienes seguimiento. Por esta razón, nos pusimos manos a la obra con el fin de poner en valor al superviviente y darlo a conocer. La primera campaña se transformó en el libro 'Diario de vida', en el que contamos 27 historias de supervivientes. A continuación, creamos una escuela de supervivien-

de solidaridad frente al instrumento de trabajo

ivo de impulsar la investigación
se pueda curar



a más positiva del cáncer. Lo hace con iniciativas como los Premios "Dama de la Lámpara, Florence Nightingale" a los que corresponden estas imágenes

tes con la idea de impulsar un registro de personas que hemos superado un cáncer, que no existe en la actualidad, a pesar de que somos más de dos millones. Se registra la muerte pero no la vida. A la vez, queremos identificar todas las necesidades de los pacientes y poner sobre la mesa que hay pocos sanitarios expertos". Para Sandra Ibarra en este último espacio es clave la enfermería. "Los hospitales no están preparados para atender a todos los enfermos crónicos que va a haber, incluidos los de cáncer. Entonces, toda la parte de enfermería en atención a domicilio, formación del paciente y empoderamiento es un trabajo que desempeñan las enfermeras". Así, sobre esta base la Fundación está impulsando proyectos como la futura Unidad de Bienestar del Paciente y Superviviente de Cáncer en el Hospital Universitario de Fuenlabrada, en Madrid.

Premios Dama de la Lámpara, Florence Nightingale

El agradecimiento que Sandra Ibarra muestra por la enfermería la ha impulsado a organizar los 'Premios Dama de la Lámpara, Florence Nightingale', celebrados por primera vez en 2019. "Es una forma de que los pacientes agradezcamos el trabajo de la enfermería. Cuando estás ingresada pierdes la noción de la realidad y son las enfermeras las que te cuidan, a ti y a tus familiares. El nombre lo tenía claro. Florence Nightingale es una de esas mujeres que siempre tienes como referente e inspiradoras en tu vida. La verdad

es que los premios tuvieron una buena acogida y ya estamos trabajando en la segunda edición". Los galardones cuentan con el apoyo del Departamento de Enfermería de la Universidad Autónoma de Madrid, la Fundación Florence Nightingale y la embajada del Reino Unido en España. Premian tres categorías: enfermera entrenadora, la más llena de vida y la más empática. El vínculo de Sandra con la enfermería se completa con su presencia en Nursing Now como representante de los pacientes.

Primera unidad de supervivientes de cáncer

Más allá del tratamiento agudo del cáncer

El Hospital Universitario de Fuenlabrada, en Madrid, y la Fundación Sandra Ibarra están trabajando en un acuerdo para desarrollar una unidad de bienestar del paciente y superviviente de cáncer.

De momento, los profesionales del centro sanitario están desarrollando una primera herramienta denominada InnovaHonco.

"Queremos mejorar la atención que damos al paciente una vez supera el cáncer. Cuando recibe el alta no sabe dónde acudir y nosotros estamos preparados, desde los hospitales, para asumir ese reto"

El Hospital Universitario de Fuenlabrada, en Madrid, y la Fundación Sandra Ibarra están trabajando en un acuerdo para desarrollar la primera unidad de bienestar del paciente y superviviente de cáncer en España. "El objetivo es mejorar el seguimiento con el trabajo de todos los profesionales implicados", adelanta Sandra Ibarra. Se trata de un proyecto a medio plazo que se encuentra en su fase inicial y en el que está muy implicada la enfermería. "Queremos mejorar la atención que damos al paciente una vez supera el cáncer. Cuando recibe el alta no sabe dónde acudir y nosotros estamos preparados, desde los hospitales, para asumir ese reto", completa Ana Soria Verdugo, enfermera del Hospital de Día Oncológico de Fuenlabrada. "Siempre hemos tenido la asignatura pendiente de ofrecerles más atención. Por ejemplo, sabemos el valor que tiene el ejercicio físico

en la prevención de la metástasis. También tenemos que cuidar mucho la nutrición, especialmente en las personas cuyo tratamiento incluye una gastrectomía o la estirpación de una parte del intestino".

La puesta en marcha de la unidad, denominada UBICA, es el final del camino. De momento, están trabajando en la primera fase. "Estamos desarrollando las primeras estructuras con la formación de catorce grupos de trabajo que están diseñando en una web y una app denominadas InnovaHonco. Hemos insertado la h intercalada aludiendo a la humanización. En sus contenidos queremos abordar las diferentes facetas que una vez terminan los tratamientos pueden quedar desatendidas, como la atención psicosocial, el ejercicio físico, la nutrición, el dolor, la sexualidad, la planificación familiar... Hay mucho campo en el que podemos ayudar a los pacientes".



Ana Soria es una de las enfermeras que está participando en los grupos de trabajo de InnovaHonco

La app la está desarrollando un enfermero con experiencia en este tipo de herramientas, Enrique García García. "Estamos trabajando muchos profesionales con ganas de ofrecer al paciente un soporte reglado y consensuado, en el que tenga la seguridad de que la información que consulta está avalada por nosotros y validada por la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, pues debemos cumplir sus requisitos", explica Ana Soria.

Para presentar la app está prevista la organización de unas jornadas con los pacientes el 21 de febrero de 2020, con cuatro talleres orientados al ejercicio, la nutrición y la dermoestética. "En los grupos de trabajo van surgiendo las necesidades que nosotros creemos que tienen los pacientes. Son las que vamos a intentar, inicialmente, solventar. Con las jornadas queremos comprobar si realmente las hemos cubierto y conocer las deman-

das que nos puedan realizar. Estamos muy ilusionados porque realmente van a ser los pacientes quienes nos digan por dónde tenemos que seguir evolucionando, señala Ana Soria.

InnovaHonco es la fase inicial del proyecto y una vez finalicen las jornadas comenzarán a plantear el desarrollo de la unidad de supervivientes del cáncer. "La verdad es que ha sido Sandra Ibarra el motor de arranque de la iniciativa. Vino a contarnos la idea y firmamos un acuerdo que en la actualidad está en fase de revisión para ponerlo en marcha. Es un proyecto muy ambicioso para el que necesitamos financiación, pues también conlleva la contratación de nuevos profesionales y perfiles sanitarios, pues queremos abarcar múltiples aspectos, con expertos en nutrición, psico-oncólogos o fisioterapeutas... Todo con la idea de ir más allá del tratamiento agudo de los pacientes", concluye Ana Soria.

La primera fase del proyecto consiste en la mejora de la información que reciben los pacientes una vez finalizan el tratamiento y la fase aguda de la enfermedad. Para ello, están desarrollando una app y una web denominadas InnovaHonco



Salvando a Llanetes

Un grupo de profesores de la Universidad de Castilla La Mancha ha desarrollado un proyecto para facilitar la enseñanza de la RCP a los niños

En muchas ocasiones los niños se impresionan cuando ven los simuladores tradicionales empleados para enseñar RCP. No obstante, sería beneficioso que se familiarizaran con la técnica desde pequeños. Así lo recomienda la Organización Mundial de la Salud, que aconseja ofrecer formación a los escolares al menos durante dos horas al año. Sin embargo, no existía un material específico y adaptado para ello. Esto fue lo que motivó al Grupo de Investigación de Actividades Preventivas en Ciencias de la Salud, de la Universidad de Castilla La Mancha, a diseñar una manta con una serie de recomendaciones básicas sobre la importancia de la reanimación cardiopulmonar y

PROYECTO ALTRUISTA

'Salvando a Llanetes' tiene cerca de dos años de recorrido, pues fue presentado el 12 de mayo de 2018, coincidiendo con el Día de la Enfermería. "Habíamos preparado dos unidades y todo el mundo que lo veía se quedaba maravillado", recuerda Ángel López. Desde entonces, la iniciativa ha despertado el interés de numerosos colectivos. Los correos electrónicos de contacto son: angel.lopez@uclm.es y salvandoallanetes@gmail.com

la desfibrilación, cómo hacerlas y, al mismo tiempo, concienciar sobre la importancia de activar el servicio de emergencias, tal y como expone Ángel López, director del Departamento de Enfermería, Fisioterapia y Terapia Ocupacional de la Universidad de Castilla La Mancha. Además de Ángel, en el proyecto también participan los doctores Joseba Rabanales y Raquel Bartolomé, ambos profesores de la Facultad de Enfermería de Albacete.

La responsable de darle forma a la idea ha sido la diseñadora Susana Sánchez, responsable de Dseta Design y una de las diseñadoras de la marca 'Albaceteños cien por cien'. "La idea me encantó cuando me la propusieron. Me pareció



Así se diseñó 'Salvando a Llanetes'. Historia de un proceso colaborativo

"Todo comenzó con una tormenta de ideas de las personas que componemos el Grupo de Investigación de Actividades Preventivas en Ciencias de la Salud de la Universidad de Castilla La Mancha", recuerda el profesor Ángel López. "Decidimos plasmarlo todo en una superficie de un metro cuadrado, insertando una figura de un niño en la que poner un corazón sobre el que presionar para hacer la reanimación cardiopulmonar. Es un corazón de plástico, con una dureza similar a la del tórax de un adulto, que comienza a pitir cuando consigues presionar con la fuerza suficiente para salvar

una vida. También dejamos los huecos para poner el parche del desfibrilador para los niños mayores. De esta forma podemos enseñar RCP a los pequeños de una forma diferente". En la ejecución de esta idea trabajó la diseñadora Susana Sánchez. "Yo no sabía nada de RCP. Sin haber visto el proyecto, cuando me lo explicaron me pareció una idea maravillosa, decidí colaborar y me involucré al cien por cien. Poco a poco fuimos desarrollando los mensajes y las gráficas, revisando cada aspecto para que los niños lo entendieran mejor, hasta dar con el boceto definitivo, a base de cuidar todos los detalles de la manta".

De forma paralela, eligieron el nombre, 'Salvando a Llanetes': "Me propusieron adoptar el nombre de Llanetes, un personaje muy conocido en Albacete y me pareció buena idea", señala Susana. "La patrona de Albacete es la Virgen de los Llanos. Uno de sus diminutivos es Llanetes. De ahí el nombre", completa Ángel López. Este nombre se emplea para España. Al haberse internacionalizado el proyecto, la marca también la van adaptando a la idiosincrasia de cada país. Es lo que ha ocurrido en Perú, donde han sustituido el nombre de Llanetes para convertir el proyecto en 'Salvando a Rosita'.



A la izquierda, actividad en el colegio Marianistas de Logroño, impartida por una enfermera

sensacional la forma con la que querían llegar a los niños", recuerda Susana, quien además es madre de una niña de nueve años.

'Salvando a Llanetes' es un proyecto sin ánimo de lucro. Los gastos iniciales de la fabricación de la manta los afrontó el propio Ángel López y en la actualidad las nuevas unidades se van financiando con la venta de las mismas a precio de coste. La iniciativa tiene ya un recorrido de dos años y ha ido creciendo gracias al boca a boca, comenzando por Albacete. "Primero nos movimos contactando con los grupos de interés, por ejemplo con las enfermeras que trabajan en colegios y con aquellas que suelen hacer actividades de educación para la salud, a nivel particular. Una vez que el proyecto comenzó a conocerse, han sido las asociaciones de padres y madres las que se han interesado muchísimo en la iniciativa".

Desde la Facultad de Enfermería de Albacete también han participado los estudiantes de grado, con un proyecto de aprendizaje servicio con el que llevan sus conocimientos a los colegios "Están viendo que





Talleres solidarios en La Rioja

'Salvando a Llanetes' se ha convertido en La Rioja en un proyecto solidario, gracias a la colaboración de la librería Santos Ochoa. De forma periódica organizan formaciones, en fines de semana. Cada uno de los participantes puede realizar una aportación voluntaria de 1€ que posteriormente se emplea para adquirir nuevas mantas y distribuirlas entre los colegios que las solicitan. Todo ello, de forma altruista. La iniciativa cuenta también con el apoyo de Iberocardio y la está promoviendo Susana Sánchez Serrano, en la imagen que acompaña a estas líneas junto a algunos niños participantes en los talleres. Nada más conocerse la iniciativa, son muchos los colegios de La Rioja que se han interesado por la manta.



cuanto aprenden durante la carrera se vuelca a la sociedad. Por ejemplo, en la asignatura de Enfermería Médico-Quirúrgica, donde trabajamos la reanimación cardiopulmonar, tanto básica como avanzada. Les planteamos que fueran a los colegios y vieron que hubo una receptividad altísima. Los niños son muy agradecidos para el aprendizaje y los estudiantes de Enfermería comprueban que son capaces de transmitir sus conocimientos de manera efectiva". Alicia Serrano Martínez, una de las alumnas que impartió formaciones en las escuelas, subraya los valores positivos de esta experiencia: "Es muy gratificante, porque va más allá de la docencia que tú recibes. Primero, aprendes tú y, luego, eres tú misma quien hace promoción de la salud enseñando RCP a los niños y a los maestros". Responder a las dudas de los niños es todo un aprendizaje, destaca Alicia, "Nos preguntaban: ¿Quién es esa? ¿Pero respira? ¿Se va a mover...? Yo les respondía que era una mantita de simulación de juegos. Les encantaban los colores, muy llamativos. Y el corazón les llamaba mucho la atención". El contacto con los maestros también resultó muy positivo. "Nos dijeron que había sido muy didáctico. Tienen conocimientos muy básicos, entonces el hecho de que nosotras nos acercáramos a las aulas, como profesionales de la salud les resultó de gran ayuda".

En el caso de la diseñadora Susana Sánchez sigue involucrada con la iniciativa. "Al principio pensé que se iba a quedar en una colaboración, sin más, como ha ocurrido con otras entidades, pero se ha convertido en algo muy importante para mí. Me ha permitido conocer la RCP, aprenderla y llevarla al colegio de mi hija y a otros centros de La Rioja, que es donde vivo. Es muy emocionante ver cómo se lo pasan



'Salvando a Llanetes' se gestó como propuesta desde el grupo de e Investigación de Actividades Preventivas en Ciencias de la Salud, de la Universidad de Castilla La Mancha. La idea era desarrollar una herramienta que permitiera enseñar RCP a los niños de manera didáctica. La implicación de los profesores y su capacidad para sumar a más personas al proyecto permitió hacerlo realidad

los críos y lo contentos que salen. Solo con que sepan mantener la calma y llamar al 112 en caso de necesidad merece la pena".

En la actualidad, 'Salvando a Llanetes' ha dado el salto a otras ciudades de España, como Alicante, Valencia, Vigo, Cartagena o Granada. "Para nosotros este proyecto que surgió de nuestra intención de hacer algo por la formación de los niños en RCP y ya se está difundiendo por España, nos está dando muchísima satisfacción, tanto el reconocimiento social como el científico que está teniendo", concluye Ángel López.

Proyección internacional

'Salvando a Llanetes' ha ido más allá de España y en la actualidad están empleando las mantas de RCP enfermeras de varios países sudamericanos, como Perú, Colombia o Bolivia, según explica Ángel López. "Según el lugar hemos ido adaptando los mensajes y la marca. Por ejemplo, en Perú lo hemos llamado 'Salvando a Rosita'. Buscamos nombres con los que se identifique la población". En todos los casos, el proyecto no solo va dirigido a los niños. "Hay colectivos que pueden estar interesados en aprender estas técnicas de primeros auxilios y de reanimación cardiopulmonar, pero que no tienen posibilidad de acceder a un centro de formación donde existan los simuladores o los muñecos que utilizamos normalmente aquí, en España. Sin embargo, en



estos países no cuentan con un simulador para enseñar reanimación cardiopulmonar. Por este motivo, los recursos que pone a su disposición la manta permiten enseñar también RCP a la población adolescente y adulta, por lo que esta herramienta tiene una gran proyección".

También han mostrado interés por el proyecto desde otros países como México, Ecuador, Chile o Argentina. Al ser un proyecto sin ánimo de lucro sin un gran coste la posibilidad de implantarlo es mayor. "Nosotros, en el momento que alguien nos lo pide, se lo hacemos llegar y lo que damos es la autorización para que lo utilicen donde quiera, entendiendo que no buscan lucro y lo que quieren es formar a niños, adolescentes y adultos", explica el profesor Ángel López.

Proyecto premiado

Desde su puesta en marcha en 2018, 'Salvando a Llanetes' ha obtenido diversos reconocimientos, como los Premios ABC Salud; el galardón del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP) dentro de la categoría "Ted Talks" (monólogos). "Todo esto nos está dando mucha alegría y además nos está ayudando a la difusión del proyecto. Lo último ha sido la reseña que nos ha dedicado la Sociedad de Cardiología Colombiana", señala Ángel López.



SOLICITA YA EL SELLO ENFERMERÍA EN DESARROLLO A LOS EQUIPOS EXCELENTES

Su principal objetivo es mostrar a la sociedad y a los profesionales
aquello que distingue a los equipos excelentes



Consulta toda la información y realiza
la solicitud inicial en la web de la revista:
www.enfermeriaendesarrollo.es