

LA REVISTA DE LOS PROFESIONALES COLEGIADOS DE ENFERMERÍA

# enfermería

facultativa

| Año XXIV

| Número 338

| 16 - 31 enero 2021



## OPERACIÓN VACUNA



Las enfermeras,  
protagonistas de un día clave  
contra la pandemia



Andando sobre la nieve  
para cumplir con su  
trabajo



# Tu hogar es único

ENFERSEGUROS con AXA HOGAR:  
un seguro de hogar para cada vivienda



### Primera vivienda

Piso 90 m<sup>2</sup>  
VITORIA-GASTEIZ  
desde 79,77€ /año



### Segunda vivienda

Apartamento 80 m<sup>2</sup>  
BENIDORM  
desde 71,83€ /año



### Inquilino

Estudio 40 m<sup>2</sup>  
CÁCERES  
desde 83,98€ /año

Infórmate en:  
[www.enferseguros.com](http://www.enferseguros.com)  
Tel.: 91 334 55 25

Promoción exclusiva  
para el colectivo enfermero, sus familias y  
los empleados de la organización colegial



# Constantes vitales



**Florentino Pérez Raya**

Presidente del Consejo General de Enfermería

## Vacunación masiva

Las vacunas contra el COVID-19 representan la esperanza de despertar de una pesadilla que ya dura más de un año, una situación que ilustra como ninguna que un microscópico agente infeccioso puede poner en jaque a los gobiernos más poderosos y que la salud y la ciencia son algo valioso a menudo despreciado en favor del dinero o la fama. Fruto del esfuerzo económico público y privado y del conocimiento y tesón de muchas personas ya contamos con medios para inmunizar a la población y frenar así los contagios. Los residentes en centros sociosanitarios y los profesionales sanitarios, los primeros colectivos vacunados, sienten que están viviendo un momento histórico. Y en ese instante, que plasma cómo la ciencia salva vidas, siempre hay una enfermera. Nuestras compañeras están administrando esas vacunas con la profesionalidad que las caracteriza, incluso a pesar de que algunas, como la de Pfizer, tienen algunas peculiaridades en su preparación y administración. Desde este Consejo General —y con la colaboración de la Asociación Nacional de Enfermería y Vacunas (Anenvac)— hemos trabajado en la elaboración de materiales informativos para contribuir a que esta vacunación masiva de la población sea un éxito.

Sin embargo, nos preocupa que existan reticencias entre los ciudadanos a inmunizarse frente al coronavirus, pero especialmente cuando ese rechazo viene de algunos profesionales. Quizá haga falta explicar mejor la importancia de vacunarse frente a estas y otras enfermedades. Los negacionistas y los colectivos antivacunas se están quedando sin argumentos poco a poco. La realidad ha sido, por desgracia, más clarificadora que sus habituales discursos falaces y anticientíficos.

Otro factor importante en esta campaña de vacunación es que resulta crucial que exista una perfecta organización y una gestión eficaz del proceso de vacunación. En las dos primeras semanas se han evidenciado grandes diferencias entre autonomías, con algunas que han administrado hasta el 80 por ciento de las vacunas recibidas mientras que otras no llegan al diez. Ha habido muchos factores que han influido en el retraso registrado en algunas CC.AA, como las fiestas navideñas y algunos problemas logísticos, pero no puede haber una España a dos velocidades cuando hablamos de frenar una infección que ha paralizado el mundo.

## Sumario

**MUCHAS  
GRACIAS  
POR  
CUIDARNOS**

**SEGUROS EXCLUSIVOS  
PARA LAS ENFERMERAS  
Y SUS FAMILIAS**

Con el respaldo de:



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA



### Actualidad

6

#### Portada

Operación vacuna: España ante la mayor campaña de la historia

20

#### Noticias

- Alertan de una “pandemia” de traumas entre los enfermeros
- Enfermeras de Móstoles forman a 300 pacientes con diabetes

### Formación

ISFOS inicia un seminario gratuito para interpretar pruebas del COVID-19

30

### Opinión

Sergio Alonso: “Los sanitarios doblan turnos mientras Illa ejerce a tiempo parcial”

32

### Seguros

Enferseguros incluye en su póliza de salud un nuevo servicio de telemedicina

34

### Agenda

Congresos y convocatorias

38

### Ocio y cultura

40

#### Motor

SEAT Tarraco e-Hybrid, el SUV grande de SEAT se electrifica

45

#### Cine

Pixar desnuda las almas y vuelve a emocionar

46

#### Tendencias

Un *beanie* contra Filomena

48

#### Punto final

Clasificados de diciembre del concurso #FotoEnfermería2020



## Staff

**Director:** Florentino Pérez Raya. **Director técnico:** Iñigo Lapetra ([ilapetra@consejogeneralenfermeria.org](mailto:ilapetra@consejogeneralenfermeria.org)). **Coordinador editorial:** David Ruipérez ([d.ruiperez@consejogeneralenfermeria.org](mailto:d.ruiperez@consejogeneralenfermeria.org)). **Redactores:** Gema Romero ([g.romero@consejogeneralenfermeria.org](mailto:g.romero@consejogeneralenfermeria.org)), Alicia Almendros ([a.almendros@consejogeneralenfermeria.org](mailto:a.almendros@consejogeneralenfermeria.org)), Ángel M. Gregoris ([am.gregoris@consejogeneralenfermeria.org](mailto:am.gregoris@consejogeneralenfermeria.org)), Marina Vieira ([m.vieira@consejogeneralenfermeria.org](mailto:m.vieira@consejogeneralenfermeria.org)), Raquel González ([rgonzalez@consejogeneralenfermeria.org](mailto:rgonzalez@consejogeneralenfermeria.org)). **Consejo editorial:** Pilar Fernández, José Ángel Rodríguez, José Vicente González, Francisco Corpas, Diego Ayuso y José Luis Cobos. **Asesora Internacional:** Alina Souza. **Diseño:** Kelsing Comunicación. **Maquetación:** Fernando Gómara y Ángel Martínez. **Ilustraciones:** Augusto Costhano. **Asesoría Socioprofesional:** María José Fernández.



# OPERACIÓN VACUNA:

## España, ante la mayor campaña de la historia

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

Treinta y tres millones de personas vacunadas contra el COVID-19 antes del lunes 21 de junio de 2021. Este es el objetivo del Ministerio de Sanidad de cara a la inmunización del 70% de la población en los próximos seis meses. Tal y como se ha propuesto el Ejecutivo central, responsable del reparto de vacunas entre las comunidades, la idea es que 7 de cada diez españoles hayan recibido la vacuna antes de que comience el verano. Una carrera de fondo para la mayor

campaña de vacunación de la historia, que comenzó el pasado 27 de diciembre, con la administración de la primera vacuna de Pfizer-BioNTech a Araceli Hidalgo, en la residencia Los Olmos de Guadalajara. Junto a Araceli, Carmen Carboné, protagonista también de la foto del día y enfermera encargada de este primer pinchazo que trajo consigo la esperanza del principio del fin de la pandemia, que ya se ha cobrado la vida de más de 50.000 personas en España y

de a la de Moderna, que ya comenzado su reparto a todos los países de la Unión. Millones de vacunas que irán llegando semanalmente y se distribuirán por todo el territorio nacional.

### Tercera ola

Con la tercera ola de contagios asolando a todas las comunidades tras las celebraciones navideñas, se hace más imprescindible que nunca apostar por la vacunación masiva, así como planificar y organizar bien este cometido para llegar al mayor número de personas en el menor tiempo posible. Y una vez más, las enfermeras, como referentes en vacunación, son quienes están y estarán en primera línea de esta campaña. Así, miles de profesionales ya conocen todas las especificaciones de estas vacunas y ya trabajan sin descanso los siete días de la semana para lograr el objetivo. Aun así, a pesar de la grandísima formación de las enfermeras españolas y de la indudable preparación de estas profesionales, en las primeras semanas de vacunación se ha observado un retraso inadmisibles en algunas comunidades por falta de organización desde las administraciones autonómicas.

Al cierre de esta publicación, el jueves 14 de enero, España ha recibido ya 1.139.400 dosis entre las dos vacunas autoriza-

**27 de diciembre, un día histórico en esta crisis sanitaria**

casi 2 millones en todo el mundo. “Lo principal es que esto va a salvar muchas vidas. Tenemos que parar este virus”, decía Araceli tras recibir la primera dosis. Carboné, por su parte, se sentía orgullosa y aseguraba que se quedaba con la ilusión que la gente tiene puesta en la vacuna.

Hasta el momento son dos las vacunas que ya ha aprobado la Agencia Europea del Medicamento. Tras la de Pfizer-BioNTech, que llegó dos días después de Nochebuena, el organismo ha dado luz ver-



Llegada de las vacunas a España Pool Moncloa JM Cuadrado



da en Europa (1.103.700 de Pfizer y 35.700 de Moderna) y, según datos del Ministerio de Sanidad, se han administrado 676.186, lo que supone un 59,3% del total. Tal y como se detalla en el Informe de actividad del proceso de vacunación, la Comunidad Valenciana (85,2%), Asturias (79,4%) y Galicia (76%) son las comunidades con mejor índice de vacunación junto a la ciudad autónoma de Melilla (91,1%) frente al País Vasco (41,2%), Madrid (41,6%) y Navarra (45,7%), que se sitúan a la cola en la administración de las dosis y no llegan ni a la mitad de las recibidas.

### Organización

Para el Consejo General de Enfermería (CGE), esta situación no es un problema de falta de personal, sino de un déficit de organización y planificación por parte de los go-

## Pfizer-BioNTech y Moderna, las primeras aprobadas

biernos regionales. Aunque consideran que todavía es pronto para hacer un balance, teniendo en cuenta que el inicio ha coincidido con las fiestas, instan a esperar a los próximos 15 días para poder evaluar objetivamente la situación.

“La clave de la vacunación son las enfermeras, pero en este caso el problema no es tanto de falta de profesionales, sino de cómo se gestiona o se organiza la logística para vacunar. Hay bastante disparidad regional en el progreso de la inmunización de la población en estas primeras semanas. Claramente, viendo los datos, se refleja un déficit y diferencias regionales en materia de gestión y de organización. Eso es lo que tienen que mejorar las diferentes Comunidades Autónomas”, afirma Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.

### Complicaciones

De todos modos, las enfermeras comprenden que esta campaña conlleva mayores complicaciones, ya que el primer ámbito de vacunación, el sociosanitario, es complejo. “Hay que trasladar equipos a los centros y coordinar las agendas para que se pueda va-

## “La clave de la vacunación son las enfermeras”

cunar tanto a los residentes como al personal que trabaja con ellos. También debemos pensar en que es muy compleja la logística desde el punto de vista del transporte, la conservación y la distribución”, explica Pérez Raya.

### Información

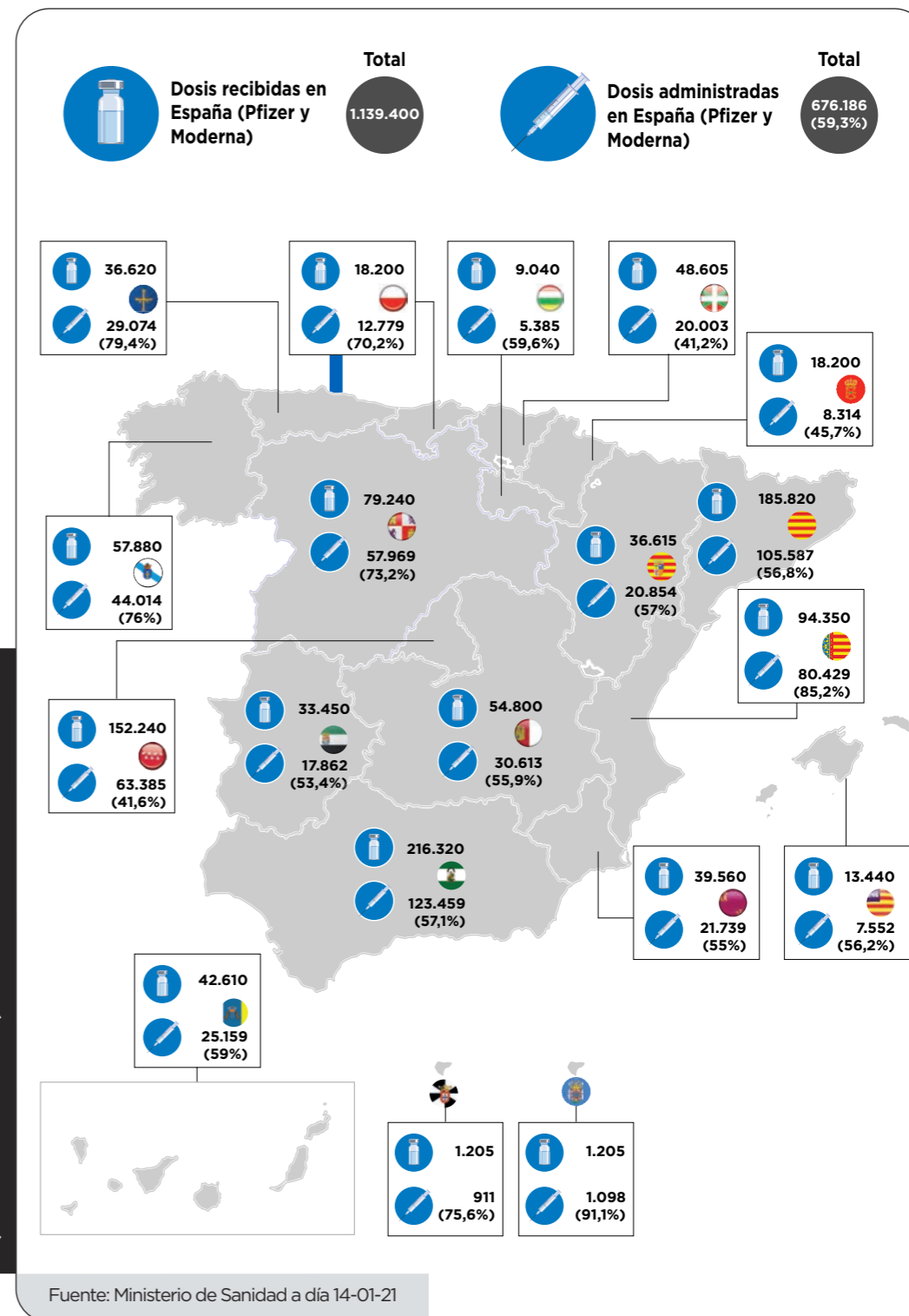
Desde la Organización Colegial también consideran imprescindible que se apueste por una gran campaña de información a nivel nacional, ya que, a pesar de todo, se siguen encontrando reticencias para vacunarse tanto entre la población como entre los sanitarios. “Tal y como ha estipulado el Gobierno central, debemos ser parte de la solución. Los profesionales sanitarios deberíamos ser los primeros en administrarnos la vacuna para proteger todavía más la salud de nuestros pacientes. Es importante que la población sepa que estas vacunas han pasado todas las fa-

ses necesarias para hacerlas seguras y si el porcentaje de vacunación entre nosotros no es adecuado, no seríamos un buen ejemplo”, subraya.

En definitiva, tras 10 meses de pandemia, el sistema sani-

tario español se enfrenta de nuevo a uno de los momentos claves de la mayor crisis sanitaria de la historia reciente. Una campaña de vacunación que supondrá, poco a poco, la vuelta a la normali-

dad tal y como se conocía hasta marzo de 2020 y que pone de relieve, una vez más, la importancia de apostar de forma rotunda por la sanidad, en general, y por las enfermeras, en particular.



MAPA DE LAS DOSIS RECIBIDAS Y ADMINISTRADAS (PFIZER Y MODERNA) POR LAS COMUNIDADES

Fuente: Ministerio de Sanidad a día 14-01-21

# Las claves de las vacunas de Pfizer-BioNTech y Moderna

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

El inicio de la vacunación en España ya es una realidad. Tras la aprobación por parte de la Agencia Europea del Medicamento de las vacunas de Pfizer-BioNTech y Moderna, miles de enfermeras han comenzado a administrar las primeras dosis en los centros sociosanitarios.

“El comienzo de la vacunación en nuestro país con una actuación coordinada con toda Europa supone una buenísima noticia para todos. Tras

meses de lucha incansable contra la pandemia por COVID-19, la llegada de estas primeras vacunas hace ver la

**Dos infografías con todos los detalles de ambas vacunas**

luz al final del túnel. Las enfermeras y enfermeros nos pusimos desde el primer momento en primera línea para cuidar, ayudar y frenar la expansión del SARS-CoV-2, y ahora vemos con una grandísima esperanza la aprobación de ambas vacunas y los avances de las que están por venir”, afirma el presidente del Consejo General de Enfermería, Florentino Pérez Raya.

Con el objetivo de que todos los profesionales conozcan

las especificaciones de las vacunas, desde la Organización Colegial han lanzado dos infografías para las 316.000 enfermeras y enfermeros de España en la que se explica de forma detallada todos y cada uno de los puntos clave que deben conocer a la hora de comenzar la vacunación. Información sobre las vacunas, características específicas como la pauta, las posibles reacciones adversas y la forma de almacenamiento, así como la manera de administrarlas son algunos de los temas que contemplan estas infografías de uso libre para todos los profesionales.

## Minimizar riesgo

“Es imprescindible que las enfermeras conozcan todas las características del producto que van a utilizar y en este ca-

so con mayor relevancia, ya que se trata de una vacuna con una manipulación diferente a las de uso habitual. Debemos minimizar el riesgo

## Su llegada hace ver la luz al final del túnel

de que se produzcan errores en su manipulación y en todo el proceso de vacunación”, destaca Rosa Sancho, vicepresidenta de la Asociación Nacional de Enfermería y Vacunas (ANENVAC).

## Educadores

Desde la asociación puntualizan la necesidad de que los

profesionales sean educadores para la salud en este asunto y, además, prediquen con el ejemplo. “El papel de las enfermeras es crucial en la promoción de la vacunación. Somos profesionales cercanos a la ciudadanía y tenemos un reconocimiento como profesionales expertos en vacunación”, explica Rosa Sancho. Por su parte, el presidente de las enfermeras también apoya esta declaración y resalta que “los profesionales deben ser el ejemplo”.

Desde ANENVAC, José Antonio Forcada, considera que el inicio de la vacunación ha sido bastante caótico y espera que con esta segunda vacuna haya una mejor disposición de las administraciones de avanzar para lograr una inmunización mayor en el menor tiempo posible.

# VACUNA COVID-19 COMIRNATY (PFIZER-BIONTECH)

## INFORMACIÓN



- **Tipo de vacuna:** ARNm que codifica la proteína S encapsulada en partículas lipídicas
- **Indicación:** población  $\geq 16$  años
- **Contraindicaciones:** alergia a componente de la vacuna o a dosis previa
- **Precauciones:** posponer en enfermedad febril aguda
- **Eficacia:** 94,6% (IC95% 89,9-97,3%) A partir del 7º día tras la 2ª dosis

NO COADMINISTRAR CON OTRAS VACUNAS, INTERVALO MÍNIMO 14 DÍAS  
COMPLETAR LA PAUTA CON LA MISMA VACUNA A LOS 21 DÍAS  
NO SE GENERARÁ INMUNIDAD HASTA 1 SEMANA DESPUÉS DE LA SEGUNDA DOSIS

## CARACTERÍSTICAS

- **Presentación:** vial con líquido blanquecino. Contiene 5-6 dosis. Requiere reconstituir con suero fisiológico 0,9%
- **Pauta:** 2 dosis de 0,3 ml (0, 21 días)
- **Vía administración:** IM en Deltoides
- **Reacciones adversas:** dolor en punto inyección, cansancio, cefalea, mialgia, resfriado, fiebre, artralgia



### ALMACENAMIENTO

- Ultracongelada (-60°C- 80°C) máximo 6 meses
- Descongelada, pero no reconstituida (2-8°C) máximo 5 días
- Diluida, a temperatura ambiente (máximo 25°C) máximo 6 horas

## USO Y ADMINISTRACIÓN

### FORMA DE USO



- Para descongelar una vacuna ultracongelada, mantener la vacuna 30 minutos a temperatura ambiente
- Una vez descongelada, puede mantenerse cinco días entre 2 y 8°C. Desechar dosis no utilizadas si se supera este tiempo
- Una vez que se ha descongelado la vacuna a temperatura ambiente, debe diluirse en un máximo de 2 horas. Debe usarse como máximo 6 horas después de la dilución y no debe transportarse una vez diluida

### MATERIAL NECESARIO

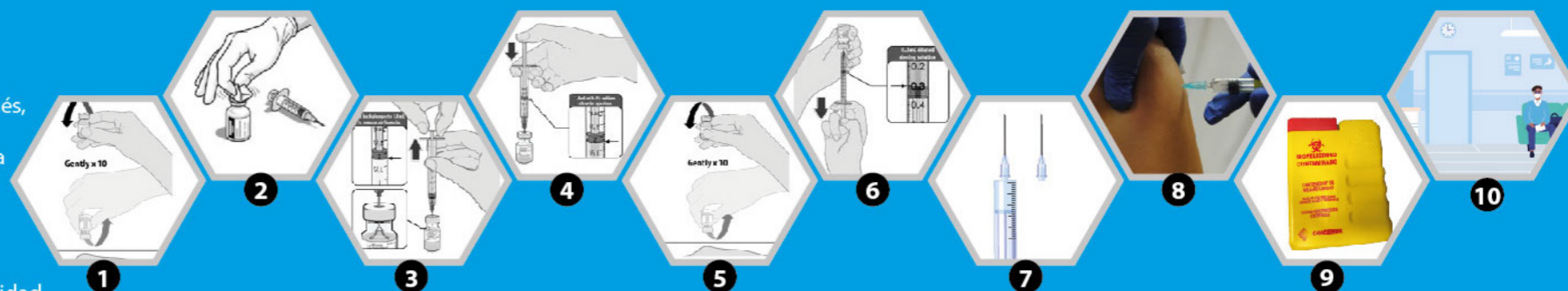


- Ampollas de suero fisiológico 0,9% de un solo uso (no se incluye con la vacuna)
- **Para la mezcla:** jeringas de 2, 3 o 5 ml y agujas 21G
- **Para la administración:** jeringas de 1 o 2 ml (calibración 0,1 ml) y agujas 25Gx1 o 23Gx1 de bioseguridad, preferiblemente de bajo volumen muerto para extraer el máximo número de dosis de cada vial (6)
- Contenedores de residuos punzantes y productos biológicos
- Material para tratar reacción anafiláctica



### FORMA DE DILUCIÓN

1. Mover el vial descongelado 10 veces sin agitar
2. Limpiar el tapón con antiséptico
3. Extraer 1,8 ml de suero fisiológico
4. Introducir en el vial
5. Mover 10 veces sin agitar
6. Extraer 1 dosis = 0,3 ml. Después, sacar la jeringa con la aguja de carga del vial y aspirar un poco con el émbolo para extraer el líquido de la aguja de carga y no perder volumen de la dosis en el cambio de aguja
7. Cambiar de aguja
8. Administrar IM en Deltoides
9. Desechar jeringas y agujas en el contenedor de bioseguridad
10. Mantener a la persona vacunada en observación 20 minutos



En una primera fase, y hasta que se disponga de estudios de seguridad y efectividad, no administrar a <16 años, embarazo y lactancia.

# VACUNA COVID-19 MODERNA-LONZA



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

## INFORMACIÓN



- **Tipo de vacuna:** basada en ARN mensajero que codifica la proteína S en una nanopartícula lipídica
- **Indicación:** población  $\geq 18$  años
- **Contraindicaciones:** alergia a componente de la vacuna o a dosis previa
- **Precauciones:** posponer en enfermedad febril aguda
- **Eficacia:** 94,5% (IC95% 86,5-97,8%)

**NO COADMINISTRAR CON OTRAS VACUNAS, INTERVALO MÍNIMO 14 DÍAS  
COMPLETAR LA PAUTA CON LA MISMA VACUNA A LOS 28 DÍAS  
HASTA 14 DÍAS DESPUÉS DE LA 2.ª DOSIS NO SE GENERARÁ INMUNIDAD**

## CARACTERÍSTICAS

- **Presentación:** vial que contiene 10 dosis, es una suspensión de blanco a blanquecino. Puede contener partículas blancas o translúcidas relacionadas con el producto

### NO REQUIERE RECONSTITUIR

- **Pauta:** 2 dosis de 0,5 ml, contiene 100  $\mu\text{g}$  (0, 28 días)
- **Vía administración:** IM en Deltoides
- **Reacciones adversas:** más frecuentes después de la 2.ª dosis. Dolor en punto inyección (91,6%), fatiga (68,5%), cefalea (63%), mialgia (59,6%), resfriado, fiebre, inflamación de ganglios linfáticos, artralgia



### ALMACENAMIENTO

- Congelada ( $-20^{\circ}\text{C} \pm 5^{\circ}\text{C}$ ) máximo 7 meses
- Refrigerada  $2-8^{\circ}\text{C}$  máximo 30 días
- A T.ª ambiente (entre  $8^{\circ}\text{C}$  y máximo  $25^{\circ}\text{C}$ ) máximo 12 horas
- Abierto el vial máximo 6 horas ( $+2^{\circ}\text{C}, +25^{\circ}\text{C}$ )

## USO Y ADMINISTRACIÓN

### FORMA DE USO



- El vial contiene una suspensión congelada sin conservante
- Descongelar en condiciones de refrigeración entre  $2^{\circ}$  y  $8^{\circ}\text{C}$  durante 2 horas y 30 minutos. Alternativamente, descongelar a temperatura ambiente entre  $15^{\circ}$  y  $25^{\circ}\text{C}$  durante una hora
- Tras la descongelación, dejar el frasco a temperatura ambiente durante 15 minutos antes de administrarlo. NO volver a congelar. Después de retirar la primera dosis, el vial debe mantenerse entre  $2^{\circ}$  y  $25^{\circ}\text{C}$
- Anote la fecha y la hora del primer uso en el frasco. **Desechar el frasco después de seis horas. Nunca volver a congelar**

### MATERIAL NECESARIO

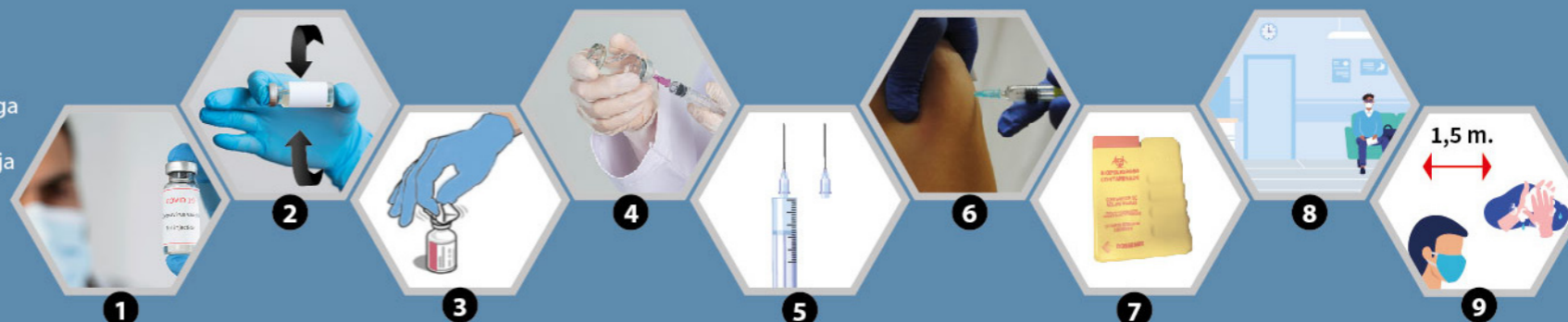


- **Para la administración:** jeringas de 1 o 2 ml (calibración 0,1 ml) y agujas 25Gx1 o 23Gx1 de bioseguridad, preferiblemente de bajo volumen muerto para extraer el máximo número de dosis de cada vial
- Contenedores de residuos punzantes y productos biológicos
- Material para tratar reacción anafiláctica



### ADMINISTRACIÓN

1. Inspeccionar visualmente el frasco para confirmar que no hay otras partículas y que no se observa decoloración
2. Mover el vial descongelado sin agitar
3. Limpiar el tapón con antiséptico
4. Extraer 1 dosis = 0,5 ml. Después, sacar la jeringa con la aguja de carga del vial y aspirar un poco con el émbolo para extraer el líquido de la aguja de carga y no perder volumen de la dosis en el cambio de aguja
5. Cambiar de aguja
6. Administrar IM en Deltoides
7. Desechar jeringas y agujas en el contenedor de bioseguridad
8. Mantener a la persona vacunada en observación 20 minutos
9. Recordar al paciente que no se generará inmunidad hasta 14 días después de la 2.ª dosis. La vacuna no exige del cumplimiento de todas las medidas preventivas



En una primera fase, y hasta que se disponga de estudios de seguridad y efectividad, no administrar a  $<18$  años, embarazo y lactancia.



# LAS ENFERMERAS, PROTAGONISTAS de un día clave contra la pandemia

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

El 27 de diciembre de 2020 pasará a la historia como el día en el que comenzó el principio del fin de la pandemia por COVID-19 en España. Con el inicio de la vacunación, el mundo se acerca de nuevo poco a poco a la antigua normalidad. **Una jornada histórica en la que las enfermeras han sido, junto a las personas vacunadas, las grandes protagonistas.**

Carmen Carboné fue la enfermera que dio el pistoletazo de salida a la mayor campaña de vacunación de la historia de España y desde ese momento cientos de compañeras han capitaneado el operativo con el que se buscará la inmunización de la población en los próximos meses.

“Las enfermeras llevamos diez meses trabajando por y

para los pacientes, cuidando, ayudando y dando el mejor trato a todos aquellos que lo han necesitado. Y ahora, en un momento histórico como este, volvemos a estar al frente”, ha agradecido el presidente del CGE, Florentino Pérez Raya, que ha recordado la necesidad de que se apueste por la profesión porque sin enfermeras no hay salud.



## CASTILLA-LA MANCHA

Carmen Carboné, especialista en Enfermería del Trabajo de la Gerencia de Atención Integrada de Guadalajara, vacunando a Araceli Hidalgo, en Guadalajara.

“Cuando me entregaron la primera dosis estaba muy emocionada porque era como si tuviese la vida en mis manos. Incluso vino gente a la puerta para preguntar si podíamos vacunarlos a ellos. Me quedo con la ilusión que tienen en la vacuna”.

## COMUNIDAD VALENCIANA

Núria Garrido, enfermera de Pediatría del centro de salud de Rafelbunyol, vacunó a Baptiste Martí, en Valencia.

“Supe que había sido la primera de la comunidad cuando todo acabó y estábamos recogiendo porque me empezaron a llegar mensajes de familia y amigos. Confío en que consigamos establecer una campaña exitosa y que la población se vacune”.



## GALICIA

Yolanda Moares y Beatriz Martínez, enfermeras especialistas en Familiar y Comunitaria, fueron las encargadas de vacunar a Nieves Cabo Vidal, en Santiago de Compostela.

“Es un orgullo participar en un momento como este. Las enfermeras de AP estamos preparadas para afrontar este momento con garantías. Nos quedamos con que somos las enfermeras las responsables de la inmunización de la población en esta pandemia”.



## ANDALUCÍA

Mariola Soto, responsable de la Unidad de Atención a Residencias del Distrito Granada-Metropolitano de Granada, vacunando a Antonio, en Granada.

“Debido a toda esta terrible experiencia, pensar que podemos aportar ese rayo de esperanza a través de la vacuna ha supuesto una enorme responsabilidad. La semana antes de comenzar, tuvimos días muy intensos. Formar parte de la historia del inicio de la vacunación por supuesto es un honor, pero este gran honor es compartido con mi equipo”.

## ARAGÓN

Zoila Manso, coordinadora de Enfermería de la Residencia Romareda (Zaragoza), vacunó a Emilia Nájera en este mismo centro.

“Fue un día muy importante y muy emotivo, estamos dando el primer paso para recuperar la vida tal y como la conocíamos, con besos y con abrazos. Me siento muy satisfecha de formar parte de este momento tan histórico y también siento que he tenido mucha suerte para poner la vacuna a los residentes de esta gran familia”.



## ASTURIAS

La enfermera Lara Menéndez vacunando a Eulalia Josefa, en Gijón.

“En Asturias tenemos numerosos equipos formados por enfermeras de Atención Primaria. Ha sido una formación intensa y breve, pero suficiente para empezar durante estos días el principio del fin. El 27 de diciembre tiene que ser el principio del fin de esta pandemia porque ese día fue un hecho histórico para todos y para las enfermeras muy emocionante”.

## ISLAS BALEARES

Sabrina Floria, enfermera del centro de salud Camp Redó, vacunando a Avelina Serrano, en Mallorca.

“Me sentí muy emocionada e ilusionada al poder administrar la primera vacuna y por empezar la campaña de vacunación para proteger a las personas mayores que tanto están sufriendo en esta pandemia. El futuro lo veo con la esperanza y el optimismo de que la vacunación sea efectiva y podamos llegar a tener inmunidad de grupo”.



**CASTILLA Y LEÓN**

Beatriz Marcos, enfermera del equipo de vacunación contra el COVID-19 en Castilla y León, administró la vacuna a **Áureo López**, en Palencia. **Andrea Robredo** y **Eloy Nicolás**, también enfermeros, fueron parte del dispositivo de esta primera jornada.

**Beatriz**: "Fue un momento muy especial. Tenemos que llegar a mucha gente".

**Andrea**: "Me dio muchísima alegría porque formé parte del equipo desde el inicio".

**Eloy**: "Ver la llegada de la vacuna es lo que nos ayuda a sacar fuerzas".

**MURCIA**

**Sonia Caravaca**, enfermera de la gerencia del 061 de Murcia, vacunando a **Josefa Martínez**, en Murcia.

"Todavía no soy consciente de que estamos pasando a la historia. Cuando pasen los años y volvamos a revivir este momento será cuando se me vuelvan a poner los pelos como escarpas. En la residencia tuvimos un día de fiesta porque todo el mundo estaba muy contento. Es un orgullo representar al colectivo de Enfermería".

**LA RIOJA**

**Ruth Cotel**, coordinadora de Cuidados de la Dirección de Atención Primaria y Emergencias Sanitarias de Riojasalud, vacunando a **Javier Martín**, en Haro.

"Me sentí muy emocionada de poder ser la primera en vacunar en La Rioja. Ahora vienen meses intensos, de esfuerzo personal y laboral, pero creo que merecerá la pena porque haremos lo que mejor sabemos hacer las enfermeras, que es ayudar y cuidar de los demás", Sólo puedo pensar en las muchas personas, con nombre y apellidos, que ayudaremos a salvar".

**CANTABRIA**

**Bárbara Sainz**, enfermera del equipo de vacunación del SCS, vacunando a **María Dolores Luzuriaga**, en Santander.

"El día 27 tenía un nudo en el estómago. Iba segura y todo salió muy bien, contaba con el apoyo de todo el equipo. Veo estos próximos meses con mucho optimismo y con muchas ganas de hacerlo bien porque esta campaña significa un rayo de esperanza en esta situación tan difícil. Me siento realmente orgullosa de haber hecho algo que es tan importante con tan sólo 24 años".

**NAVARRA**

**Andrea Blanco**, enfermera del Servicio de Urgencias Extrahospitalarias de Navarra, vacunando a **Francisco Guerrero**, en Pamplona.

"Cuando me enteré, sentí que cerraba un ciclo, ya que en marzo fui la primera del equipo que realizó una PCR positiva. Ahora vamos a tener unos meses de mucho trabajo, que se van a afrontar con ilusión. Creo que a día de hoy todavía no soy consciente de la importancia que tiene el trabajo que hemos realizado".

**CATALUÑA**

**Idoia Crespo**, coordinadora de Baix Llobregat Centre i Litoral i Hospitalet, vacunando a **Josefa Pérez**, en Barcelona.

"Lo que sentí cuando me informaron de que iba a ser la primera fue un cierto nerviosismo por este momento que todo el mundo estaba esperando. Los próximos meses pueden ser duros, pero a la vez muy esperanzadores. Me enorgullece poder representar a un colectivo como el de las enfermeras".

**MADRID**

**Nicanor** fue el primer residente en la Comunidad de Madrid en recibir la dosis de la vacuna, en el barrio de Vallecas.

**MELILLA**

**Nohra Mustafa**, una de las primeras enfermeras que administró la vacuna en Melilla.

**EXTREMADURA**

**Vicente Mirón** fue el primer extremeño en recibir la vacuna contra el COVID-19, en Mérida.

**CANARIAS**

La enfermera **Vanesa Castilla** vacunando a **Doria Anatolia Ramos González**, en Santa Cruz de Tenerife.

**PAIS VASCO**

**Ainara Sarasola**, en Guipúzcoa; **Paula Ortiz**, en Álava, e **Itxaso García**, en Vizcaya, fueron las primeras enfermeras en administrar la vacuna en el País Vasco.





## COVID-19

# Alertan de una “pandemia” de traumas entre los enfermeros

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

La pandemia por COVID-19 continúa siendo el principal problema para la mayor parte de los países del mundo. El número de contagios desbordados, la cifra de fallecidos que no deja de aumentar y un sistema sanitario agotado, en el que los profesionales están sufriendo meses de estrés y ansiedad. Con la situación descontrolada, un nuevo estudio realizado por el Consejo Internacional de Enfermeras, organismo que aglutina 130 Asociaciones Nacionales de Enfermeras de todo el mundo, alerta de que esta crisis sanitaria está provocando **un trauma colectivo en todas las enfermeras del mundo**.

Tal y como exponen los datos recabados por la institución, la cifra de enfermeras fallecidas ya supera las 2.200 a nivel mundial y como el nivel de contagios de los profesionales sigue siendo muy elevado, el personal que continúa trabajando al máximo está experimentando mayor angustia psicológica por unas cargas de trabajo que no disminuyen, así como por los abusos y las protestas continuadas de los sectores antivacunas.

Asimismo, el CIE, a través de una encuesta a sus asociados junto con estudios efectuados por estas o información proveniente de otras fuentes, apunta a que el efecto del COVID-19 “es una forma com-

pleja y extraordinaria de trauma con consecuencias potencialmente devastadoras, tanto a corto como a largo plazo, para las enfermeras a título individual y los sistemas de salud en los que trabajan”.

### Éxodo

El organismo internacional resalta que, si los gobiernos no toman medidas, “se corre el riesgo de que la pandemia dañe a la profesión durante las próximas generaciones y podría suponer un éxodo de la profesión”.

**Hasta un 80% sufre ansiedad y estrés en España**

El mundo ya padece una carencia de seis millones de enfermeras y se esperan otros cuatro millones de escasez a causa de la llegada de la edad de jubilación en los próximos diez años. Como el efecto del COVID-19 tiene el potencial de provocar que aún más enfermeras abandonen la profesión, el CIE insta a los gobiernos a actuar ahora para proteger la enfermería.

“El estudio del CIE revela datos de ansiedad y estrés de

los profesionales a lo largo de todo el planeta muy preocupantes. En España, hasta el 80% de las enfermeras manifiestan síntomas de ansiedad y agotamiento. No podemos permitir que esta situación se agrave en un momento clave para la salud de todos”, ha manifestado Florentino Pérez Raya, presidente del Consejo General de Enfermería de España, órgano integrado en el CIE.

Por su parte, el director general del CIE, Howard Catton, ha destacado que “estamos siendo testigos de un trauma ocupacional extraordinario y complejo que está afectando a la fuerza laboral de enfermería en todo el mundo”. “Las enfermeras se están enfrentando a exigencias incesantes y sin precedentes por parte de sus pacientes, lo cual está causando agotamiento físico. Pero también se están viendo sometidas a enormes presiones de salud mental que están desembocando en casos graves de angustia psicológica”, ha expresado Catton.

### Problemas

Los datos del CIE muestran que, desde la primera ola de la pandemia, la proporción de enfermeras que manifiesta problemas de salud mental ha subido del 60 al 80% en numerosos países.

“Este trauma colectivo está teniendo un efecto inmediato y profundo, pero también es muy probable que tenga un impacto significativo a largo plazo puesto que contribuye a una oleada de trastorno de es-

trés postraumático, depresión y ansiedad cuya envergadura aún no podemos determinar. No cabe ninguna duda de que habrá consecuencias en la fuerza laboral de enfermería, que ya va camino de un déficit de 10

millones. Incluso si únicamente entre el 10 y el 15% de la población de enfermería actual abandona la profesión, tendríamos un déficit potencial de 14 millones de enfermeras en 2030, es decir el equivalente a

**Afecta a los profesionales de todo el mundo**

la mitad de la actual fuerza laboral de enfermería en todo el mundo. Un déficit así repercutiría en todos los servicios sanitarios en la era post pandemia hasta tal punto que me llevaría a sostener que la salud del personal de enfermería podría ser el mayor determinante de la salud de la población mundial en la próxima década”, ha puntualizado Catton.





## Ratifican que las bajas ratios de enfermería incrementan la mortalidad

GEMA ROMERO. Madrid

Linda Aiken ya demostró en su famoso estudio RN4CAST que contar con un número insuficiente de enfermeras incrementa la mortalidad de los pacientes hospitalizados. Ahora un estudio de la Universidad de Sevilla, publicado en la revista *International Journal of Environmental Research and Public Health*, viene a ratificar que por cada paciente que se añade a la carga de trabajo de una enfermera, la mortalidad se incrementa un 19%. Su estudio tiene además como novedad

el incluir una escala que mide el nivel de dependencia en cuidados enfermeros de los pacientes hospitalizados: la escala INICIARE, que de-

**En la mortalidad influyen las ratios y los cuidados de enfermería**

muestra que el grado de cuidados de enfermería que necesita un paciente también influye en la mortalidad.

Sergio Barrientos, junto a Ana M.<sup>a</sup> Porcel, ambos profesores en la Facultad de Enfermería de la Universidad de Sevilla, están desarrollando una línea de investigación que pretende ajustar las ratios paciente/enfermera en función del nivel de dependencia en cuidados de los pacientes hospitalizados. Dentro de esta línea de trabajo, se ha publicado este estudio en el que se



determina “qué factores influyen en el ajuste de la ratio paciente/enfermera, en el nivel de dependencia en cuidados de pacientes hospitalizados, medido con nuestra escala INICIARE, y en la mortalidad hospitalaria como resultado finalista”, explica Barrientos en declaraciones a ENFERMERÍA FACULTATIVA.

Tras analizar los datos de casi 700 pacientes de los 26 hospitales públicos andaluces descubrieron que “la dependencia de cuidados de enfermería medida por INICIARE y la dotación de enfermeras fue el único factor asociado significativamente con la mortalidad hospitalaria”. Según sus datos, la media de pacientes por enfermera fue de 10,3. Si se igualan el resto de variables, “por cada paciente adicional que se suma a la ratio paciente/enfermera, la probabilidad de fallecer aumenta un 19%”, subraya Barrientos.

Actualmente para fijar el número de enfermeras por servicio y turno sólo se tienen en cuenta criterios puramente organizacionales, sin considerar las necesidades de cuidados de los pacientes. Sin embargo, tal y como explica el profesor de la Facultad de Enfermería de Sevilla, “en la mortalidad de los pacientes hospitalizados influye tanto la ratio paciente/enfermera como el nivel de dependencia en cuidados de los pacientes hospitalizados medido con la escala INICIARE”.

Para los autores “los hallazgos de este estudio tienen importantes aplicaciones de investigación. Por un lado, permitiría establecer modelos más complejos y precisos que expliquen la mortalidad hospitalaria. Por otro lado, también muestra cómo los cuida-

dos de enfermería influyen en la mortalidad hospitalaria: tanto en términos del número de enfermeros (NSL) como de la cantidad de cuidados de enfermería prestados (INICIARE)”.

**Para fijar el número de enfermeras no se piensa en los cuidados**

Así, proponen que esta escala, ya validada científicamente, se incluya “como herramienta de valoración de los pacientes ingresados con dos posibles aplicaciones futuras.

Por una parte, se podría monitorizar el nivel de dependencia en cuidados de las unidades de hospitalización y así decidir cómo distribuir al personal de enfermería —enfermeros, enfermeras y técnicos en cuidados auxiliares de enfermería— en dichas unidades. En otro orden, nuestra escala INICIARE podría servir como método de organización hospitalaria clasificando las unidades por niveles de dependencia y dotando de los recursos enfermeros necesarios a las unidades en función de esos niveles de dependencias. En ambos casos, podríamos obtener una atención de mayor calidad y más segura y unos mejores resultados en salud de los profesionales de enfermería”, concluye Barrientos.





## Enfermeras de Móstoles forman a 300 pacientes con diabetes

ALICIA ALMENDROS. Madrid

Más de 300 pacientes con diabetes Tipo I del Hospital Universitario de Móstoles han sido formados en la utilización de un nuevo sistema de monitorización de glucosa que registra los datos en su teléfono móvil o en un dispositivo específico. “Llevamos a cabo una formación previa del paciente que consiste en darles la información para sacar el máximo partido al dispositivo, tanto desde el punto de vista del paciente como de los sanitarios”, explica María José López, enfermera del Servicio de Endocrinología

del Hospital Universitario de Móstoles (Madrid).

**El refuerzo educativo es clave para garantizar la eficacia**

El refuerzo educativo y el compromiso del paciente en el manejo y cuidado del material son claves para garantizar la eficacia de este nuevo sistema tecnológico (sensor,

transmisor, receptor, software o sistema de registro en la nube) aplicado al ámbito clínico. El uso de cualquiera de ellos requiere un aprendizaje e implica una fase de transición en la que se lleva un doble control (glucómetro y sensor) hasta que se garantiza el correcto manejo del nuevo sistema de monitorización. “Gracias a esta iniciativa hemos ampliado mucho más el número de pacientes que atendemos porque ahora no sólo depende de que el paciente acuda a consulta y hablemos con él durante media hora,

tro teléfono; y generalmente ellos contactan con nosotras cada 15 días o un mes, dependiendo de cómo se encuentren, para ver los resultados. Si tienen cualquier duda o problema nos llaman”, prosigue.

### Colocación

Se coloca, normalmente en el brazo o en la tripa, un sensor —del tamaño de una moneda de dos euros— que mide los valores de la glucosa que se transmiten al dispositivo. El sensor consta de un pequeño filamento que se inserta en el tejido subcutáneo. La medición puede tomarse sin necesidad de descubrirse la parte en la que está el sensor, con un simple acercamiento del teléfono móvil sobre el abrigo, por ejemplo, sería suficiente.

Irene Santiago, tiene 26 años y es una de las pacientes que ha participado en la formación. A ella le diagnosticaron diabetes cuando tenía cinco años. “Al principio de debutar con la enfermedad existía desconocimiento sobre todo por parte de mis padres que son los que al principio llevan la carga, pero he de reconocer que desde el hospital han hecho una labor buenísima, especialmente en lo que

**El dispositivo les ahorra muchos pinchazos al día**

se refiere a formación”, expone Irene.

Ahora, tras haberse sumado a esta iniciativa del sensor esta paciente reconoce que para ella “cualquier recurso que nos ayude en el tratamiento siempre es bueno y además tanto las enfermeras como los médicos te muestran lo positivo que es para ti, ya que mejora no sólo los niveles de glucosa sino nuestra calidad de vida”.

Este dispositivo les ahorra muchos pinchazos al día, “mínimo seis —asegura—; y además nos da mucha más información, no sólo de ese instante, si no que va haciendo un registro cada pocos minutos y te proporcionar la información del momento actual y ves tus niveles de glucosa durante 24 horas. Mejora nuestra calidad de vida porque podemos hacer las mediciones con el mismo móvil algo que facilita que llevemos un mejor control de la diabetes. Sin duda, un gran avance que promueve la autonomía del paciente.

por ejemplo, sino que nos puede mandar los datos y los podemos valorar en la distancia. Todo es mucho más fácil”, añade la enfermera.

En solo 15 meses el equipo del Servicio de Endocrinología del Hospital Universitario de Móstoles ha informado y formado a los 300 pacientes con diabetes Tipo I que atienden normalmente y que pueden beneficiarse de un sistema de monitorización de glucosa. “Lo que hemos estado haciendo es citarles de forma *online*, mayoritariamente, para enseñarles cómo funciona el sensor. Después ellos venían a la consulta a por el material y la primera vez que se lo ponen lo hacen aquí en el hospital, con nosotras, de modo que podemos comprobar que lo hacen de forma correcta y les ha valido la formación”, resalta López. “Además, tienen a su disposición nuestro correo electrónico y nues-





## Consecuencias de la borrasca Filomena

# CAMINAR SOBRE LA NIEVE PARA CUMPLIR CON SU TRABAJO

MARINA VIERIA. Madrid

Filomena, ese nombre que España no va a olvidar y que ha teñido de blanco gran parte de nuestro país es también el nombre que ha hecho que una vez más el orgullo nacional se centre en los sanitarios. Desde que comenzó la gran nevada, redes sociales, medios nacionales e internacionales se han hecho eco de historias de superación de sanitarios que se han enfrentado a la climatología adversa para atender sus obligaciones.

“Vengo a intentar ayudar a mis compañeras”

Así ha sido el caso de Rosa Buitrago, una enfermera madrileña que ha recorrido 20 km a pie para poder dar el relevo a sus compañeras de profesión. Como cuenta la sanitaria en un vídeo que ha difundido la responsable de comunicación del Hospital Puerta de Hierro de Majadahonda “vengo a intentar ayudar a mis compañeras que llevan muchas horas. Las verdaderas valientes son ellas, las pobres”, relata tras la gran caminata antes de incorporarse a su puesto de trabajo.

También han trascendido testimonios como el compartido por el Jefe de Comunicación del Hospital Gregorio Marañón donde ha reconocido el orgullo de contar en su centro sanitario con enfermeras como Teresa, Inma, Irene, Ana, Sofía, Encarni y Caterina quienes, “han acudido a pie y en transporte público a atender a sus pacientes en sus casas. Incansables e imbatibles”, explica en el tuit. O el de Dely, una usuaria de Twitter que comparte la historia de Paco y Mónica, dos enfermeros del Hospital Gregorio Marañón que recorrieron 22 km caminando para atender a sus pacientes.

## Testimonios admirables

No dejan de llegar historias sobre enfermeras de Atención Primaria que, abrigadas como en Siberia, bastón en mano y prescindiendo de sus días de vacaciones no han dudado en salir a la calle, ir a su centro sanitario a pie y atender a sus pacientes. Toda la razón le damos este usuario de Twitter que ha grabado a Teresa, enfermera del Hospital Gregorio Marañón mientras vuelve a su casa. “Poco hemos aplaudido”, reza el tuit que acompaña el vídeo.

**Hilo**

**Carlos Hernández** @dosabrazos · 9 ene.  
Esta es Teresa, enfermera que le ha tocado noche en el Gregorio Marañón, volviendo a casa. Poco les hemos aplaudido



373,5 mil reproducciones 0:00 / 0:09

321 5 mil 23,9 mil

**Carlos Hernández** @dosabrazos · 9 ene.  
Ahora es cuando os pongo mi instagram? IG dosabrazos

2 5 32

**Respuestas**

**David García García** @OjodeThot · 9 ene.  
En respuesta a @dosabrazos  
Qué gran compañera, vocación y entrega... Todo aplauso es poco

1 2 40

**Mercedes Alvarez** @MercheBorbonica · 9 ene.  
En respuesta a @dosabrazos y @MundoBurbu  
No hay que aplaudir,hay que apoyarlos en la calle,en sus manifestaciones

1 3 46

**Bea\_puerta** @puerta\_bea · 9 ene.  
En respuesta a @dosabrazos y @YolandaFuentes  
Gracias Teresa,  
Debería haber más profesionales como tú y menos políticos inútiles!!

1 10

**Hilo**

**Paz Maese** @pmaese · 9 ene.  
¡¡Esto es vocación!! Nuestro resi de Cirugía Torácica y Cardíaca que, además de ser un gran médico, es un super atleta!  
Una vez más, JUNTOS, saldremos de esta!  
#SomosPuertadeHierro  
#Filomena



489,4 mil reproducciones 0:00 / 0:20

385 3,9 mil 16,9 mil


**Paz Maese** @pmaese · 9 ene.  
La Dra. Esther Montero, internista, también se ha dado una buena excursión xa llegar. #SomosPuertadeHierro



**Hilo**

**Dely** @maraquinta

Ellos Enfermeros Paco&Mónica, 22km caminando bajo la nieve para llegar al relevo en la #UCI del Hospital 12 de Octubre!!! Sois únicos. Gracias a todos los #sanitarios que hoy trabajáis sin descanso. #somosd12 #intensivos #gracias #NevadaEnMadrid #hospital



810,4 mil reproducciones 0:00 / 0:45

4:51 p. m. · 9 ene. 2021 · Twitter for iPhone

9,2 mil Retweets 994 Tweets citados 35 mil Me gusta

**Dely** @maraquinta · 9 ene.  
En respuesta a @maraquinta  
@rapidito40 #gestosquenmueven #vivalavida Gracias por vuestra fortaleza eterna.

12 32 356

**Inmaculada** @inma\_prz · 9 ene.  
En respuesta a @maraquinta  
Sois increíbles, merecéis una "ola" y no de estas k están de moda. Qué increíbles!!!! Chapeau!!

1 5

**Lola Pérez Cárdenas** @lolapces · 9 ene.  
En respuesta a @maraquinta  
#UCI 12octubre Paco@Monica hacéis de nuestra profesión un orgullo . Esto no saldrá en las noticias. He compartido con vosotros muchos momentos de trabajo gracias por hacer de nuestra profesión un ORGULLO.

24 233

**Esteban Molano** @estemolano · 9 ene.  
En respuesta a @maraquinta  
Experiencia, profesionalidad y responsabilidad. Son una pareja increíble!!

1 14

**Ignacio Saez** @drZaius82 · 9 ene.  
En respuesta a @maraquinta  
Vaya cracks!

3

**Maria Jose Del Olmo** @mjdelolmo\_ · 9 ene.  
En respuesta a @maraquinta  
Orgullo de compañeros y de profesion



**Mbaye Gil, enfermero en el Hospital de Basurto (Bilbao)**

“Mi periplo migratorio me ha permitido ser más fuerte y afrontar mejor esta pandemia”

D. RUIPÉREZ / A. ALMENDROS. Madrid

En 2003, con apenas 15 años, Mbaye dejó Senegal a bordo de una patera. A su madre le dijo que iba a jugar un partido de fútbol. Nunca regresó. Hoy es enfermero en el Hospital de Basurto, en Bilbao. Mbaye nos habla de

su viaje por mar, de cómo llegó a Sevilla a un centro de menores que tuvo que dejar para ir a recoger naranjas a Valencia y así poder pagar su deuda con quienes le trajeron a España. Más tarde, decide buscar fortuna en Bilbao. La vida en la calle no es fácil pero un golpe de suerte en 2011 le llevó a estudiar Enfermería.

**¿Cómo un niño de 15 años hace ese viaje que podría haberte costado la vida?**

Es un viaje con un riesgo muy alto, pero a los 7 años perdimos a mi padre y fue mi madre la que nos intentó sacar adelante con todas sus fuerzas, como pudo, pero la situación cada vez era más complicada. Justamente al terminar el curso escolar, ese mismo año 2003, me planteé la posibilidad de salir del país porque era la única alternativa que veía posible, con viendo la incertidumbre que había en mi país. Es verdad que podía haber salido mal, como le ha pasado a mucha gente, pero con suerte llegamos vivos.

**Pero ¿tu madre no sabía nada de que te ibas a ir?**

En ese momento no podía decirle a mi madre que iba a emprender un viaje en patera porque por muy mal que estuviéramos ella no me iba a dejar salir. Como en esas fechas solía haber torneos de fútbol le dije que iba a jugar un torneo en la ciudad y le pareció bien. En ese momento tenía todo pensado y había hablado con los que me iban a llevar en la patera y decidí salir. Salí en agosto de ese mismo año, pero tuvimos dos intentos. En el primer intento a mediados de agosto llegamos a Mauritania, vimos que la patera se estaba rompiendo



y nos dijeron que no podíamos seguir porque había riesgo de morir todos. Estuvimos esperando en el sur de Senegal un tiempo hasta que la patera estuviera en condiciones y volvimos a salir en octubre, que fue cuando llegué a Tenerife.

**Una vez que llegas, ingresas en un centro de menores, pero te has dedicado a trabajar en el campo, a la venta ambulante...**

Sí, encontramos la gloria que es Europa después de 10 días de viaje muy duros. Cuando llegué me llevaron a un centro de menores en Sevilla y claro el pensamiento con el que me venía era sacar adelante a mi familia, pero a la vez tenía un viaje que pagar y en esos 15 días en el centro de menores decidí no quedarme ahí, les dije que estaba muy agradecido, pero yo necesitaba hacer otras labores. Me dijeron que no podían retenerme y les pedí que me mandaran donde ellos creían que podría encontrar trabajo. Ahí fue cuando me dijeron que estaba la temporada de recoger naranja de Valencia. Me compraron el billete y me fui a Valencia y ahí fue donde empecé mi periplo: dormir en la calle desde el primer día y a trabajar de temporero. En esta ciudad estuve trabajando de temporero luego después fuimos a Murcia para hacer lo mismo, pero no había mucho trabajo y tuvimos que volver a Valencia y comenzamos con la venta ambulante.

**Y ¿acabas en el País Vasco? Y ahí entiendo que dormir en la calle es más duro**

Eso es. Estuve en Valencia un tiempo y en el año 2006 llegué a Bilbao después de recorrer medio país con la venta



ambulante. Después de agosto de 2006 tuve que volver a Valencia a pagar las deudas que tenía porque con la venta ambulante me habían quitado en varias ocasiones la mercancía, acabé detenido por la policía... Pero una vez que llegué a Bilbao empezaba de cero porque no debía nada. Estuve viviendo seis meses debajo de un puente y en ese momento me estaba buscando poco a poco la vida y me-

“Desde que llegué supe que quería ser enfermero”

jorando hasta conseguir entrar en un piso patera y poco a poco seguir buscándome la vida. Poco a poco conseguí pagar mi deuda del viaje y fue en 2011 cuando encontré a esa persona que me alegró la vida y me dio la oportunidad de poder salir adelante. Este golpe de suerte que tuve me ayudó mucho a ser lo que soy ahora.

**¿Por qué decides estudiar Enfermería?**

Siempre me había llamado la atención, pero es verdad que los motivos que me empujaron a hacer esa carrera fueron al recordar cómo al llegar en Tenerife, los primeros cuidados recibidos por el personal sanitario voluntarios de la Cruz Roja me llamaron mucho la atención y me lo planteé. Hablé mucho con ellos y les dije que me gustaba mucho lo que estaban haciendo y que ojalá algún día pudiera hacerlo. Me comentaron que eran enfermeros y enfermeras. Así que desde ese momento supe que quería estudiar esa profesión.

**Finalmente lo lograste, ahora trabajas en el Hospital de Basurto de Bilbao. Y, ahora además has tenido que hacer frente a una pandemia. ¿Pensaste que podías enfrentarte en algún momento a una situación de epidemia como esta?**

No, nunca te lo esperas. La vida es una carrera de obstáculos que vas superando y es verdad que mi periplo migratorio me ha permitido ser más fuerte y afrontar los obstáculos que se te cruzan, pero nunca me imaginaba que podría vivir una situación como la que estamos viviendo con la pandemia.



# ISFOS inicia un seminario gratuito para interpretar pruebas del COVID-19

MARINA VIEIRA. Madrid

En estos momentos de pandemia, en los que todo cambia al minuto, la formación continuada de los profesionales sanitarios se vuelve incluso más necesaria. Por esta razón, desde el Instituto Superior de Formación Sanitaria (ISFOS), el centro de formación del Consejo General de Enfermería, se está trabajando sin cesar para adaptar su catálogo formativo a los nuevos tiempos y así ayudar a las enfermeras a enfrentarse con las mejores herramientas a los nuevos retos de crisis sanitaria.

## Formación necesaria

La nueva novedad formativa que ha lanzado ISFOS es un curso gratuito para enfermeras donde podrán aprender a

interpretar pruebas diagnósticas, resultados y recomendaciones sobre el COVID-19.

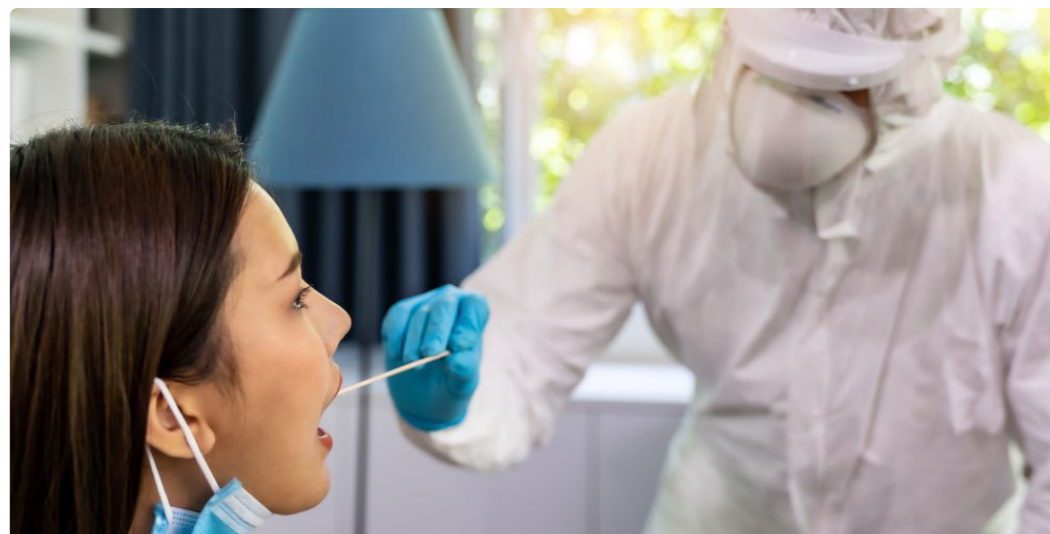
“Teniendo en cuenta la situación a la que se enfrenta la sanidad en este momento creemos que esta es una formación necesaria para las enfermeras españolas. Por esta

## Formación continuada para afrontar la pandemia

razón, desde que comenzó la pandemia siempre tuvimos el objetivo de lanzar un curso que englobase todo lo relacionado con las pruebas diagnósticas. Queremos acercar esta formación esencial a todas las enfermeras españolas”,

explica Pilar Fernández, directora del Instituto Superior de Formación Sanitaria.

A través de un contenido teórico y audiovisual interactivo, los alumnos conocerán todo lo necesario para saber cómo interpretar los resultados de las pruebas del COVID-19. Además, contarán con infografías de libre uso donde se expondrá toda la información del curso, contrastada con todos los protocolos nacionales e internacionales vigentes. El curso, con plazas limitadas, cuenta con una prueba final de evaluación y, si se supera, se otorgará un diploma acreditativo de todos los conocimientos adquiridos. Se ha realizado gracias a la colaboración del Consejo General de Enfermería y toda la Organización Colegial y ya tiene abiertas sus inscripciones, a través de [este enlace](#).




**TU SALUD ES LO PRIMERO**

Nueva póliza de salud

# Enferseguros

Asisa Salud + Asisa Dental Plus

|   |                             |   |
|---|-----------------------------|---|
| <b>Sin copagos de actos médicos o franquicias</b> | desde <b>38,34€*</b> al mes | <b>Sin carencias ni preexistencias*</b> |
|---|-----------------------------|---|

**91 334 55 25**  
[www.enferseguros.com](http://www.enferseguros.com)

\*Prima de recibo mensual para una persona de 0 a 54 años de edad, válida hasta el 31/12/21. Para otros tramos de edad, consultar.  
 \*Sin carencias ni preexistencias salvo patologías graves para altas realizadas con fecha de efecto 01/12/20, 01/01/21 y 01/02/21.



**Sergio Alonso**Fundador y director del suplemento  
*A Tu Salud*, del diario *La Razón*

## Los sanitarios doblan turnos mientras Illa ejerce a tiempo parcial

España puede presumir con verdadero orgullo de sus profesionales sanitarios. Desde el minuto uno de la pandemia se han volcado en cuerpo y alma en la ardua tarea de intentar contener el virus que la ha generado y el producto de su abnegada entrega está teniendo un alto precio. Más de diez meses después del estallido de esta grave crisis de Salud Pública, los trabajadores de la Sanidad en nuestro país son los más infectados de todo el planeta. A principios de enero de este año, la cifra de enfermeras,

médicos, auxiliares y otros trabajadores de hospitales y centros de salud positivos de COVID-19 ha superado el umbral de los 100.000. Una auténtica vergüenza producto de la desprotección en la que les sumió el Ministerio de Sanidad durante la primera ola y el cansancio durante las siguientes fases. Aquellos aplausos vecinales instigados por el aparato propagandístico del Gobierno en los meses

de marzo, abril y mayo para acallar conciencias y distraer de culpabilidades apenas se han traducido en mejoras durante la mal llamada “nueva normalidad”. Los refuerzos de las plantillas han sido escasos —desde luego, mucho menores de lo necesario—, como bien denuncian corporaciones profesionales y sindicales, la temporalidad se ha disparado con las nuevas contrataciones y las retribuciones apenas cubren el pago por los servicios prestados. El remate a tanto despropósito ha venido de la ma-

no de un decreto que permite la movilidad forzosa y la suspensión de permisos y vacaciones, que ya ha desatado la primera huelga médica general en España en años, y la decisión del ministro de Sanidad, Salvador Illa, de seguir en su puesto a tiempo parcial mientras aguarda a que se inicie la campaña electoral catalana, que es lo que verdaderamente le importa. Las escenas de estos días de profesionales doblando turnos y recorriendo a pie decenas de kilómetros en medio de la nieve ocasionada por el tempo-

ral para acudir a sus puestos de trabajo y socorrer a los enfermos de COVID-19 realzan aún más la desvergüenza que supone que el todavía máximo responsable de la gestión de la pandemia siga al frente de la misma en horario reducido. También lo es que Fernando Simón permanezca en su puesto después de proferir erráticas predicciones de consecuencias fatales. El cúmulo de desa-

ciertos y sus chistes sexistas han llevado ya a los Consejos de Médicos y Enfermeros a pedir su dimisión. Por si fuera poco, los profesionales se enfrentan ahora a una nueva avalancha de casos mientras deben dedicar también su tiempo a acelerar la administración de las vacunas. ¿Cuándo recibirán el homenaje que merecen en forma de mejores sueldos? Lamentablemente, los Presupuestos se han olvidado de inyectar dinero extra a las comunidades para poder compensar su esfuerzo sobrehumano.



FOTOENFERMERÍA

2020

DOBLE  
CATEGORÍA:  
Instagram y  
general

## Buscamos la foto enfermera del año

Del 1 de enero del 2020 al 31 de mayo de 2021.  
Envía tus fotos a  
concursofotos@consejogeneralenfermeria.org  
Participa en Instagram con el hastag  
#fotoenfermeria2020



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

CON LA COLABORACIÓN DE

NOVARTIS

CONSULTA LAS BASES COMPLETAS EN LA PÁGINA WEB

<http://bit.ly/BasesFotoEnfermeria2020>



## Enferseguros incluye en su póliza de salud un nuevo servicio de telemedicina

REDACCIÓN. Madrid

La póliza de salud de Enferseguros, la correduría de seguros del Consejo General de Enfermería, incorpora más servicios en su póliza de salud de Asisa, que se ofrece en unas condiciones exclusivas para las enfermeras españolas.

A las condiciones de contratación preferentes para enfermeras y sus familiares, desde 38,34 euros por asegurado y mes y sin copagos, se suma ahora Asisa LIVE, un servicio de telemedicina al que podrán acceder los asegurados cuando y desde donde quieran. Esta nueva plataforma digital de cuidado, atención y videoconsulta permite de forma gratuita a los usuarios pedir cita para mantener con-

sultas médicas a distancia desde dispositivos móviles u ordenadores con el especialista de la especialidad que el asegurado necesite.

### Especialidades

Más de una treintena de especialidades están disponibles en la plataforma entre las que se encuentran Medicina General,

### Asisa LIVE, una plataforma digital de cuidados

Dermatología, Pediatría, Psicología, Psiquiatría, Traumatología, Obstetricia Y Ginecología, Reumatología, Oftalmología, Otorrino, Medicina del Deporte, Medicina Interna, Aler-

gología, Urología, Endocrinología, Cirugía General Digestiva y Logopedia.

Para acceder al servicio, el asegurado deberá llamar al 91 530 10 92 de lunes a viernes en horario de 8 a 20 h. y pedir su cita.

El equipo de Asisa LIVE le informará de los días y horas disponibles y el asegurado podrá elegir el momento que mejor se adapte a su disponibilidad, así como el dispositivo (móvil u ordenador) que quiere utilizar. Entre 24 y 12 horas antes, se le recordará su cita y el asegurado recibirá un SMS o correo electrónico con las instrucciones para realizar su videoconsulta. De esta manera, Enferseguros pone a disposición de sus clientes de Asisa Salud la posibilidad de recibir el mismo cuidado y la atención de siempre, pero sin tener que desplazarse; de la manera más fácil, cómoda y segura.



MÁS INFORMACIÓN

Tel.: 91 334 55 25

<https://www.enfersegueros.com/>



**Usted cuida de sus pacientes.  
Ahora, Mutua Madrileña cuida de su coche y moto.**

**Enferseguros** ha llegado a un acuerdo de colaboración con **Mutua Madrileña**, para ofrecer al colectivo enfermero y sus familias, así como a los empleados de la organización colegial, **los seguros de Auto y Moto con unas condiciones muy especiales.**

**Disfrute de estas ventajas** con el seguro de Auto de **Mutua Madrileña:**



**Valor de nuevo**  
2 años



Libre **elección**  
**de taller**



**Asistencia en carretera**  
desde el km 0

Además, obtendrá la **Tarjeta SOY**, con la que se beneficiará de **promociones especiales y descuentos exclusivos.**

Contrate ya su seguro de Auto o Moto.

Infórmese en el **91 334 55 25** o en **[www.enfersegueros.com](http://www.enfersegueros.com)**





**Solo válido para nuevas altas con fecha efecto 01/02/2021**

## Enfersegueros y Asisa eliminan carencias y preexistencias de su seguro de salud

REDACCIÓN. Madrid

La corrección de seguros del Consejo General de Enfermería, Enfersegueros, ha sumado una ventaja más a su seguro de salud para el colectivo de enfermería y sus familias. Las nuevas altas realizadas con fe-

cha efecto 1 de febrero de 2021 podrán hacer uso de todas las coberturas incluidas en la póliza desde el primer día, sin carencias y asumiendo preexistencias, salvo los casos de patologías graves.

### ¿Qué son?

La **carencia** de un seguro es el periodo de tiempo que transcurre entre el día en el que entra en vigor el contrato y el día en el que el asegurado puede comenzar a disfrutar de algunas garantías.

Una **preexistencia** es aquella condición de la salud -por ejemplo: el embarazo-, alteración o trastorno orgánico que existe con anterioridad al momento de la contratación del seguro, independientemente de que exista un diagnóstico médico.

### Promoción limitada

Entre los periodos de carencia recogidos en las condiciones generales de la póliza del seguro de salud de Enfersegueros

**Cuenta con un cuadro médico de más de 40.000 profesionales**

### Lo que ofrece el seguro

- Medicina general
- Pediatría
- Medicina especializada
- Urgencias 24 horas
- Enfermería
- Podología
- Medios diagnóstico
- Técnicas especiales de tratamiento
- Hospitalización
- Cirugía ambulatoria
- Traslado en ambulancia
- Prótesis e implantes
- Planificación familiar
- Trasplantes
- Segunda opinión médica
- Psicoterapia
- Medicina preventiva
- Accidentes laborales, profesionales y de tráfico
- Asisa Dental Plus

con ASISA se encuentran 8 meses para hospitalizaciones por motivo médico, quirúrgico, pediátrico, psiquiátrico o de maternidad y 6 meses para técnicas de planificación familiar, pruebas especiales de diagnóstico, técnicas especiales de tratamiento, psicoterapia o cirugías ambulatorias.

En cambio, con la nueva promoción que lanza Enfersegueros estos periodos de carencia no serán de aplicación.

Además, en el periodo promocional en vigor, que concluye el próximo 1 de febrero, la póliza asumirá para las nuevas altas las preexistencias, excepto las patologías graves.

### Muy completo

ASISA fue creada hace 40 años por un grupo de profesionales sanitarios que conocían como nadie las coberturas sanitarias que debían ofrecer a sus pacientes y decidieron organizarse para ofrecerlas directamente y sin intermediarios. Desde entonces, la aseguradora ha ido creciendo hasta convertirse en una absoluta referencia

**La póliza podrá ser adquirida por los más de 300.000 enfermeros**

en España, que reinvierte sus beneficios en mejorar la asistencia y la innovación tecnológica.

La póliza de salud de Enfersegueros dará acceso a un cuadro médico con más de 40.000 profesionales. Además, ASISA cuenta con 15 hospitales propios, más de 1.000 centros concertados y los más avanzados equipos de diagnóstico y tratamiento para proporcionar asistencia y servicios médicos de calidad al colectivo de enfermería y sus familias.

### Precio único

La póliza de salud de Enfersegueros presenta unas condiciones exclusivas para todas las enfermeras y enfermeros colegiados, que tendrán a su disposición el mejor producto de ASISA, concretamente el paquete ASISA SALUD + ASISA DENTAL PLUS.

El seguro ofrece a los profesionales colegiados y sus familiares una asistencia sanitaria y dental de vanguardia con unas condiciones inmejorables: desde 38,34 euros por persona y mes y sin copagos de actos médicos o franquicias.

**MÁS INFORMACIÓN**

Tel.: 91 334 55 25

[www.enfersegueros.com](http://www.enfersegueros.com)



### CONGRESO VIRTUAL EN VACUNAS 2021

**Fecha:** del 25 al 31 de enero de 2021  
**Organiza:** MSD  
<https://profesionales.msd.es/congresos-virtuales/congresos-virtuales.xhtml>



### XV CONGRESO NACIONAL DE ENFERMERÍA QUIRÚRGICA

**Fecha:** del 14 al 16 de abril de 2021  
**Lugar:** Burgos  
**Organiza:** Asociación Nacional de Enfermería Quirúrgica  
**Más información:** Sanicongress  
**Tel.:** 687 982 671  
**Email:** [sanicongress@15enfermeriaquirurgica.com](mailto:sanicongress@15enfermeriaquirurgica.com)  
<https://15enfermeriaquirurgica.com>

### XIII SIMPOSIO NACIONAL SOBRE ULCERAS POR PRESIÓN Y HERIDAS CRÓNICAS

**Fecha:** del 26 al 28 de mayo de 2021  
**Lugar:** Toledo  
**Organiza:** Grupo Nacional para el Estudio y Asesoramiento de UPP  
**Más información:** Secretaria Técnica.  
 Plaza Gal-la Placidia, 1.  
 08006 Barcelona  
**Tel.:** 93 416 12 20

**Email:** [gneaupp@boceintium.com](mailto:gneaupp@boceintium.com)  
<https://gneaupp.info/>



### XX CONGRESO NACIONAL DE MATRONAS DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE MATRONAS

**Fecha:** del 11 al 13 de marzo de 2021  
**Lugar:** Alicante  
**Email:** [congreso@mpmundo.com](mailto:congreso@mpmundo.com)  
**Tel.:** 965130228  
<https://aesmatronas.com/congreso>



### VII CONGRESO INTERNACIONAL IBEROAMERICANO DE ENFERMERÍA

**Fecha:** del 21 al 23 de junio de 2021

**Lugar:** Oporto  
**Organiza:** Fundación de Enfermería Funciden  
**Email:** [secretariatecnica@funciden.org](mailto:secretariatecnica@funciden.org)  
**Más información:** <https://www.campusfunciden.com/vii-congreso-internacional-iberoamericano-de-enfermeria-2021/>



### XI CONFERENCIA DE LA RED DE ENFERMERAS DE ATENCIÓN DIRECTA/ENFERMERÍA DE PRÁCTICA AVANZADA (NP/APN) DEL CIE 2021

**Fecha:** del 29 de agosto al 1 de septiembre de 2021  
**Lugar:** Canadá  
**Organiza:** Consejo Internacional de Enfermeras  
<https://www.icn.ch/es/eventos/11a-conferencia-de-la-red-de-enfermeras-de-atencion-directaenfermeria-de-practica-avanzada>



### XV CERTAMEN NACIONAL DE INVESTIGACIÓN ENFERMERA "JOSÉ LÓPEZ BARNEO"

**Organiza:** Colegio Enfermería de Jaén  
**Dotación:** El primer premio está dotado con 4.000 euros, el segundo con 1.800 y un accésit de 1.000 euros.  
**Objetivo:** Fomentar y promocionar la investigación en la profesión enfermera. Los trabajos presentados podrán ser estudios monográficos o trabajos de investigación de enfermería inéditos y escritos en lengua castellana. No se aceptarán las lecturas de tesis, trabajos fin de grado y trabajos de máster.  
**Plazo:** 31 de enero de 2021  
<https://enfermeriajaen.com/wp-content/uploads/2020/08/Folleto-Certamen-30-7-20.pdf>

### CONCURSO FOTOENFERMERÍA 2020 "CURANDO Y CUIDANDO"

**Organiza:** Consejo General de Enfermería con la colaboración de Novartis  
**Plazo de entrega:** Mayo 2021  
**Temática:** Habrá una sola categoría: enfermería; y dos subcategorías: general e Instagram. Las fotografías deben ser estrictamente del ámbito profesional y deben reflejar los valores de la profesión enfermera en el sistema sanitario, de sus profesionales y su labor asistencial.  
**Dotación:** primer premio general 1.000 euros, segundo premio general 500 euros, tercer premio general 250 euros, primer premio Instagram 1.000 euros, segundo premio Instagram 500 euros y tercer premio Instagram 250 euros.  
[https://www.consejogeneralenfermeria.org/docs\\_revista/BasesFotoenfermeria2020.pdf](https://www.consejogeneralenfermeria.org/docs_revista/BasesFotoenfermeria2020.pdf)

### XXXVII CERTAMEN NACIONAL DE ENFERMERÍA «CIUDAD DE SEVILLA»

**Organiza:** Colegio de Enfermería de Sevilla  
**Plazo de presentación:** 31 de octubre de 2021  
**Tema:** Los premios se concederán a estudios monográficos o trabajos de investigación de enfermería, inéditos y que, con anterioridad, no se hubiesen presentado a ningún otro premio o certamen de esta misma naturaleza, que se presenten a este certamen de acuerdo a las Bases del mismo.  
**Dotación:** 4.140€ para el trabajo premiado en primer lugar; 2.070€ para el premiado en segundo lugar y 1.380€ para el premiado en tercer lugar y Accésit Enfermería Joven 1.150€.  
<http://www.colegioenfermeriaesvill.es/servicios/participa/certamen-nacional-de-enfermeria/>



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

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



Suscríbete llamando al 902 50 00 00



SEAT Tarraco e-Hybrid

## EL SUV GRANDE DE SEAT SE ELECTRIFICA



DAVID RUIPÉREZ. Madrid

Si nuestra residencia es una vivienda unifamiliar o si la comunidad de vecinos es suficientemente razonable para que la instalación de un punto de recarga no suponga ningún cisma entonces podemos plantearnos la opción de un híbrido enchufable. El SUV de mayor tamaño de SEAT, el Tarraco, se suma al club de estos vehículos con etiqueta CERO de la DGT para que recorramos en silencioso modo eléctrico distancias pequeñas, del día a día, como ir a trabajar o a hacer la compra a un hipermercado. El Tarraco e-Hybrid consta de un motor gasolina de 150 CV (110 kW) y un propulsor eléctrico de 115 CV (85kW). Combinados, ofrecen hasta 245 CV (180 kW) de potencia y 400 Nm de par.

Se trata de un SUV robusto, dinámico, perfecto para viajar con un gran volumen de equipaje. No obstante, la necesidad de alojar las baterías en algún lugar implica una desventaja muy grande. Cuando se compra un SUV de estas dimensiones se agra-



dece la posibilidad de poder llevar más pasajeros, aunque sea para trayectos cortos. Sin embargo, en la versión en-

### Obliga a renunciar a las siete plazas

chufable del Tarraco las siete plazas no son posibles y nos tenemos que conformar con cinco.

Durante los primeros 100 kilómetros que recorramos con este Tarraco, cuando más actúa el motor eléctrico aunque combinado con el de gasolina, las emisiones se reducen bastante, a unos 41 a 47 g/km, mientras apenas consume entre 1,6 y 2,1 litros.

En cuanto al precio, la gama parte de unos 45.000 euros sin descuentos. En este sentido conviene tener en cuenta que sus virtudes en favor del medio ambiente se traducen en menores impuestos o precios para aparcar en las ciudades.



La gama parte de unos 45.000 euros sin descuentos



### Enfermo crítico y emergencias

**Autores:** J. M.<sup>a</sup> Nicolás, Javier Ruiz Moreno y Xavier Jiménez Fábrega

Segunda edición de la obra "Enfermo crítico y emergencias" que actualiza sus contenidos continuando con el objetivo de formar a los profesionales implicados en esta área, tanto en el ámbito hospitalario como en el prehospitalario. El contenido viene avalado por la experiencia clínica y docente de autores referentes en sus áreas de conocimiento. Se mantiene la misma organización en cuatro partes principales y al igual que en la anterior edición los capítulos comienzan con un cuadro de puntos clave que introducen al lector en su contenido fundamental.

**Editorial:** Elsevier

Obra con un planteamiento global y basado en la evidencia que cubre todos los temas y las técnicas específicas del servicio de enfermería de urgencias. Esta séptima edición tiene por objetivo perfeccionar la práctica, sintetiza la evidencia científica y las directrices clínicas más actuales proporcionando un recurso que refleja el ejercicio óptimo de la enfermería de urgencias. Incorpora nuevos capítulos dedicados a consideraciones éticas violencia en el lugar de trabajo y urgencias y traumatismos en geriatría.



### Enfermería de Urgencias

**Autor:**  
Emergency Nurses Association

**Editorial:** Elsevier



### Cuidados en enfermería materno-infantil

**Autores:** Deitra Leonard Lowdermilk, Shannon E. Perry, Mary Catherine Cashio, Kathryn Rhodes y Ellen Olshansky

La publicación ha dividido sus 896 páginas en ocho temas clave: introducción a los cuidados en enfermería materno infantil, la salud en la mujer, embarazo, trabajo de parto y alumbramiento, posparto, neonatos, complicaciones del embarazo y complicaciones neonatales

**Editorial:** Elsevier



## Soltar

ALMUDENA FERNÁNDEZ. Enfermera del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del SNS-O (Pamplona)

Si al amarte debo sentir este miedo a perderte, prefiero olvidarte.  
Amo la naturaleza que muere cada instante, solapándose con la vida en un continuo fluir.  
Me seducen los atardeceres en su decaer o la lluvia que vendrá para desaparecer entre ríos y caminos, tanto como la mirada perdida de una anciana. Me dan tanto que nada más espero.

Te marchaste sin decirme nada. Sé que no fue tu intención abandonarme, pero lo hiciste sin enseñarme lo que más necesitaba: el secreto para dejarte ir.

Aún recuerdo tus lágrimas la tarde que padre nos dejó. Gotas de respeto sobre tus mejillas, de agradecimiento por lo compartido, de alegría y orgullo por el amor que te entregó durante sus cuarenta años a tu lado. Las semanas fueron pasando y mientras iba contemplando en ti un fondo de serenidad me permití juzgarte, dudando de tu amor por él si en su ausencia tu corazón no estaba herido.

Te fuiste sin enseñarme cómo lo hacías. No busco lecciones de amor, ni frases vacías de experiencia. Sólo anhele amarte a ti que te fuiste, a quien ha de venir, del modo en que lo hago con esa flor que de hermosa me estremece, también en su marchitar, o con aquellas olas que nacen para en breve desaparecer. Del modo en que tú lo hacías con padre y no supe apreciar mientras tuve la ocasión de preguntarte cómo conseguías amar así y aprender, si se puede.

## Microrrelatos enfermeros

*Envía tu relato a:*

*comunicacion@consejogeneralenfermeria.org*

Extensión máxima:  
**250 palabras**



Premio por cortesía de

**Enferseguros**  
NUESTROS SEGUROS



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

CONSULTA AQUÍ LAS  
BASES COMPLETAS



Mariana Pineda

## Un corazón libre que no entiende de normas

A. ALMENDROS. Madrid

Se ha hablado mucho de Mariana Pineda, tanto personaje histórico como personaje creado por el poeta Federico García Lorca, pero ¿quién era Mariana Pineda? Es una mujer que tuvo una vida breve y una muerte injusta. Se convirtió en un mito y en un símbolo de la libertad. Silenciada durante los gobiernos absolutistas, ensalzada bajo gobiernos liberales y progresistas, la figura de Mariana Pineda se convirtió en una inagotable fuente de inspiración para poetas y dramaturgos, entre ellos, Federico García Lorca que escribió una obra de teatro en la que recreó su vida.

### Sinopsis

La protagonista borda una bandera liberal para don Pedro de Sotomayor, su enamorado y cabecilla del movi-

miento revolucionario. Don Pedro se reúne con otros conspiradores en casa de Mariana, pero la llegada de Pedrosa, autoridad gubernamental, los obliga a escapar. Pedrosa, que conoce la conspiración, intenta que Mariana acceda a sus requerimientos amorosos a cambio de desconocer su implicación. Ella no cede y es apresada, la condenan a muerte y queda recluida en un convento.

Ahora, del 27 de enero al 7 de febrero, el Teatro Español refleja la historia del personaje creado por Lorca: Mariana como una persona que se atreve a perseguir sus certezas hasta las últimas consecuencias. Una mujer que se rebela contra todo lo establecido en su sociedad moviéndose al compás de su propio corazón, un corazón libre que no entiende de normas, de géneros

y que, sobre todo, no entiende de miedo.

Y como espectadores de esta carta de amor que escribe Lorca hemos de preguntarnos: ¿qué tipo de persona somos nosotros, si un torrente como Mariana o por el contrario somos islas, eternamente quietas y rocosas, como el resto de los personajes de la trama. Y no importa si hablamos de ideales, de sueños... o simplemente de amor... hay certezas que se tienen tan sólo una vez en la vida...

### MÁS INFORMACIÓN

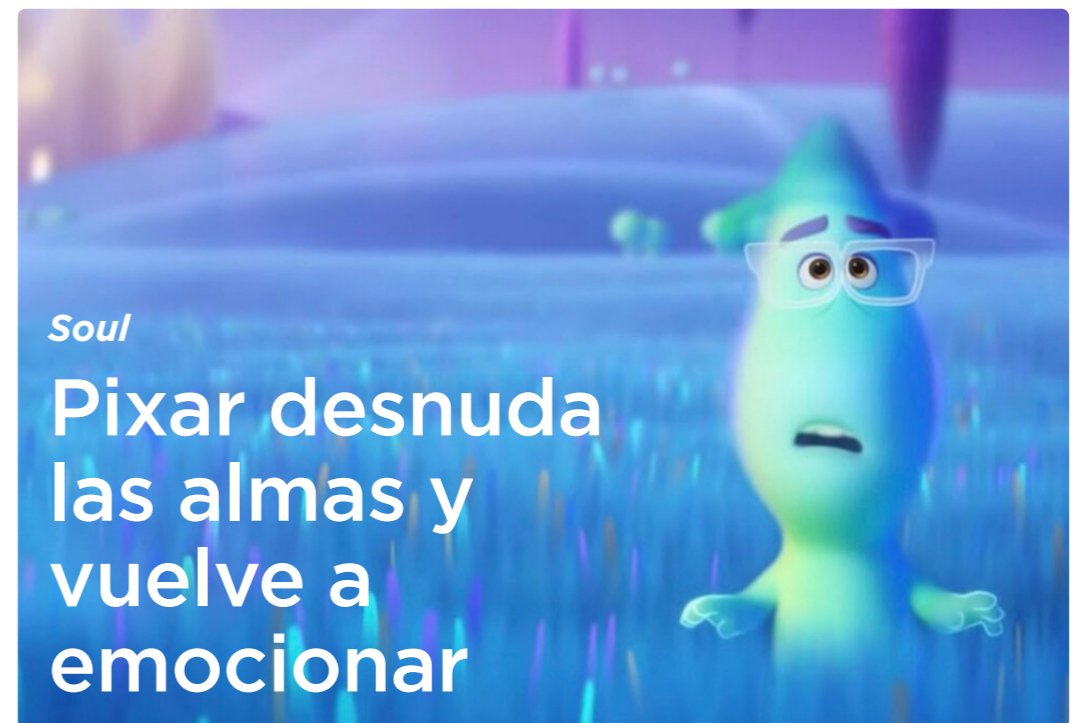
Lugar: Teatro Español. Calle Príncipe, 25. 28012 (Madrid)

Horario: del 27 de enero al 7 de febrero

<https://www.teatroespanol.es/>



Imagen de una de las escenas de la obra



Soul

## Pixar desnuda las almas y vuelve a emocionar

ÁNGEL M. GREGORIS. Madrid

Pixar no se cansa de emocionar con sus películas y vuelve a demostrarlo con *Soul*, la nueva cinta que ha estrenado directamente en la plataforma Disney+. Indudablemente la compañía de animación ha apostado fuerte por crear largometrajes que hagan pensar no sólo a los niños, sino también a los adultos. Y es que, lejos de algunas voces que gritan y se escandalizan porque Pixar ha dejado de hacer dibujos infantiles, están aquellos que consideran que nada más lejos de la realidad. Pixar está educando a una generación que pide dejar atrás los cuentos románticos de princesas enjauladas y príncipes azules que las rescatan.

No es algo nuevo ni actual, Pixar lleva desde 1995, con *Toy Story*, enseñando valores. Con *Soul* sólo ha dado un paso más. ¿Dónde se forja nuestro carácter, nuestras aficiones y nuestra forma de ser? Esta es la pregunta que intenta res-

ponder el filme de la mano de Joe Gardner, un profesor de música insatisfecho con su vida, que por circunstancias del destino se ve inmerso en una aventura que le cambiará para siempre.

### Gran Más Allá

Por un accidente del destino, Joe transporta al espectador al Gran Más allá, donde van las almas a morir. Al negarse a dar este paso, cae por error en

“Invita a recapacitar en momentos como el actual”

el “Gran antes”, el lugar donde se forman las almas antes de ir a la tierra para comenzar la vida en un cuerpo. Allí le

asignarán el alma “22” para que juntos encuentren la pasión de esta. Será en ese momento cuando empiece una historia de vida, que nos enseña el valor de la amistad, pero también el de la importancia de vivir la vida como de verdad nos hace felices.

En definitiva, *Soul* lo vuelve a hacer y, tras *Coco* o *Del revés*, nos traslada a mundos más allá de la tierra para hacernos reflexionar. Una película para pequeños y mayores, para que los niños empiecen a comprender y los adultos piensen en si están viviendo como siempre habían soñado. Una película que invita a razonar y que en momentos tan duros como el que estamos atravesando, invita a recapacitar.

### VALORACIÓN

★★★★☆

“Una película para pequeños y mayores”



## UN BEANIE CONTRA FILOMENA

MARINA VIEIRA. Madrid

España se ha parado por un temporal de nieve con nombre propio. Filomena ha teñido nuestras calles de un blanco inusual y también ha hecho que tengamos que invertir en vestuario poco habitual en nuestro país, fuera de las pistas de esquí. Para no dejar de lado las tendencias del momento, la gran moda de estos días son los gorros de lana conocidos como “beanies”. Todos cumplen el mismo patrón: logo en el centro de la marca que lo ha creado, colores estridentes y doble vuelta para protegernos bien del temporal. Las más fashionistas optan por invertir en las grandes marcas, aquellos que les gusta la moda, pero no quieren gastarse un dineral en una mísera prenda de abrigo, optan por las opciones más baratas. En este artículo mostramos todas ellas, para ver que el mercado —también de los gorros— es muy amplio.

### Carhartt

La marca de amantes de la nieve y surfers no podía ser menos. Es uno de los más vistos en la calle y en las grandes webs multimarca está más que agotado. Hay innumerables opciones de colores y gracias a eso ha tenido tanto éxito. Elegimos este color naranja butanero, porque nos gusta mucho imaginarnos el contraste de este tono chillón con el blanco de la nieve. En la web

de Zalando se puede comprar por 18,95 euros.

### Bimba y Lola

La marca gallega también lleva varias temporadas apostando por este tipo de gorros. En esta ocasión nos ha gustado tanto la forma en la que han incluido el logo, como las opciones de color. Este amarillo lima es nuestro favorito. Por 20 euros —de rebajas— se puede encontrar tanto en web como en tienda física.

La fórmula:  
logo en el  
centro y  
colores  
estridentes

### Acne Studios

No podíamos hablar de este tipo de gorros sin incluir el modelo de la marca sueca. Los muy caprichosos y amantes de la moda consideran que este complemento invernal es un *must*. Para nosotros, su precio excede mucho nuestras posibilidades económicas. Un gran capricho de 120 euros que se puede adquirir a través de la web de la propia firma.



Acne Studios



Bimba y Lola



Carhartt



### Mi band 5

## Pulseras de actividad TOP a precio de pizza

DAVID RUIPÉREZ. Madrid

Para esas personas que no están cómodas con un reloj en su muñeca o hacen deporte a un nivel muy amateur, las pulseras de actividad representan una forma fácil de saber la hora sin sacar el móvil del bolsillo y controlar algunos parámetros de su día a día que influyen en la salud, cómo si dormimos mucho o poco o si llevamos una vida demasiado sedentaria. Gracias en parte a la política de precios bajos de fabricantes chinos como Xiaomi los precios de estos dispositivos no van más allá de lo que cuesta una pizza, así que su uso se ha popularizado. Lejos quedan los primeros modelos monocromos y con funciones limitadas. Ya la Mi Band 4 incorporó riqueza cromática, muchos deportes y funciones y no olvidemos que estas pulseras aguantan semanas sin necesi-

dad de enchufarlas para recargar su batería. Ahora entre la 4 y la 5 puede haber, precisamente, unos 4 o 5 euros de diferencia. ¿Merece la pena apostar por el último modelo?

### Más deportes

Las diferencias son sutiles, para empezar, la Mi Band 4 tiene una batería algo mayor, peor una menor pantalla. En el mismo minúsculo espacio

El cargador magnético resulta muy útil

la 5 elimina bordes y tenemos más superficie de pantalla, pero no hay más diferencia.

El diseño ha funcionado bien en la 4 así que no se altera, pero sí que se incluyen más deportes, aunque algunos con una utilidad limitada, como saltar a la comba. Pero un avance importante es sin duda el cargador magnético. Por poco que haya que recargar la pulsera resulta un fastidio sacar la pastilla de la correa, algo que en la Mi Band 5 ya no será necesario, gracias a su nuevo cargador. El gigante tecnológico chino también asegura que ha hecho más precisas las mediciones de movimiento o ritmo cardíaco para que los resultados que nos muestra del ejercicio sean aún más fiables. El gran salto en las Mi Band se produjo del modelo 3 al 4, ahora vemos más bien una evolución que, por apenas cinco euros sí merece la pena, aunque sea por el nuevo cargador.



# YA SE CONOCEN LOS SÉPTIMOS CLASIFICADOS DE #FOTOENFERMERIA2020

## 2020

MARINA VIEIRA. Madrid

Ha terminado 2020, pero con él no lo ha hecho la edición en marcha del concurso FotoEnfermería. La pandemia hizo que se pausara el certamen durante unos meses y hasta mayo de 2021 los enfermeros aspirantes a ser reconocidos como los mejores fotógrafos de esta

edición pueden seguir participando con sus instantáneas. El mes de diciembre ya tiene sus ganadores y el COVID-19 continúa siendo el protagonista de las fotografías seleccionadas por el jurado y los usuarios de Instagram. El concurso continúa, recordamos que hay dos

formas de participar: general o Instagram. En la categoría Instagram se clasificarán mensualmente para la final las dos fotos que más "me gusta" reciban y se participará enviando la foto con los datos requeridos en las bases al e-mail y subiendo la foto elegida mencionando

@FotoEnfermería y #FotoEnfermería2020. En la categoría general será el jurado, compuesto por enfermeros y fotógrafos de prestigio, el que elegirá las dos mejores fotos que pasarán mensualmente a competir por los premios finales. Para participar tendrán que enviar las instantáneas al e-mail con los datos que se exi-

gen en las bases. Todas las imágenes que pasen a la final competirán por los premios de 1.000, 500 y 250 euros para cada una de las categorías. En el certamen pueden participar todos los enfermeros colegiados en España y estudiantes de Enfermería en el mismo país y cada mes, las cuatro fotografías elegidas (dos de la ca-

tegoría general y dos de la categoría Instagram) serán publicadas en la revista ENFERMERÍA FACULTATIVA y en otros medios corporativos del CGE. Las cuatro imágenes pasarán a la final y a partir de enero de 2021 se fallarán los premios.

Consulta [aquí](#) las bases completas.

## GENERAL



Celebrando las ganas de vivir, muertas de miedo,  
Cristina López,  
Ceuta

Salvando la Navidad,  
@patricuevas/



Merecido aplauso, de  
Esther Sánchez-Migallón,  
Logrono

Temporada de vacunas,  
@davidp.77

## INSTAGRAM





# DIARIOENFERMERO

## El mejor portal de noticias de enfermería y salud

The screenshot shows the website's header with the logo and navigation menu: Inicio, A fondo, Ciencia y Salud, Sanidad, Laboral, Formación, Vídeos, Convocatorias, Quién es quién. Below the menu is a red 'ACTUALIDAD' banner with news snippets. The main content area features a large article titled 'Cuando el frío es la mejor medicina' with a sub-headline 'ALICIA ALMENDROS. Aunque el número de afectados no es muy grande, en uno de cada 1.000 recién nacidos vivos, L...'. To the right, there is a 'VIDEO' section with a video player and a 'BUSCADOR' (search) bar. At the bottom right of the screenshot is a red 'Denuncia' button.



legal



investigación



reportajes



ocio

diarioenfermero.es

síguenos en:

